

ZAMORA

SPiRiT

Revista Digital Mensual de Información y Ocio

Octubre 2021

Zamora al día
Secciones
Reportajes

LOS MINOS
DE
ZAMORA
A
FELIX

Excmo. AYUNTAMIENTO
1984

zamoraspirt.blogspot.com



Agenda Cultural

Viernes, 1 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición Bordell

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

Recreación Histórica Comuneros en Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

17:00

Ruta Románico de Romancero

20:00

Ruta Nocturna "Zamora, Memoria en la Noche"

20:30

¿Puedo hablar! XXL

Sábado, 2 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición Bordell

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

Recreación Histórica Comuneros en Zamora

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

12:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". Modernismo, eclecticismo y más.

16:00

Visita guiada Toro Esencial

16:30

Rutas "EmoZionarte y ContArte". Regreso al Pasado

17:00

Ruta Románico de Romancero

20:00

Visita nocturna "Luces y leyendas"

Domingo, 3 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

Recreación Histórica Comuneros en Zamora

10:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". PaseArte por Toro

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

lunes, 4 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Martes, 5 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

19:00

Biblio Escena 2021. Arte Escénicas en la Biblioteca

Miércoles, 6 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Jueves, 7 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

19:00

Biblio Escena 2021. Arte Escénicas en la Biblioteca

Viernes, 8 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

17:00

Ruta Románico de Romancero

18:00

Biblio Escena 2021. Arte Escénicas en la Biblioteca

20:00

Visita nocturna "Luces y leyendas"

Sábado, 9 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

11:30

Biblio Escena 2021. Arte Escénicas en la Biblioteca

12:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". Modernismo, eclecticismo y más.

16:30

Rutas "EmoZionarte y ContArte". Regreso al Pasado

17:00

Ruta Románico de Romancero

20:00

Ruta Nocturna "Zamora, Memoria en la Noche"

Domingo, 10 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

10:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". PaseArte por Toro

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

16:30

Visita Guiada Zamora - Románico

20:00

Visita nocturna "Luces y leyendas"

Lunes, 11 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

16:30

Visita Guiada Zamora - Románico

20:00

Ruta Nocturna "Zamora, Memoria en la Noche"

Martes, 12 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Miércoles, 13 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Jueves, 14 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

Feria de la Cerveza

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Viernes, 15 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

Feria de la Cerveza

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

17:00

Ruta Románico de Romancero

20:00

Ruta Nocturna "Zamora, Memoria en la Noche"

Sábado, 16 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

Feria de la Cerveza

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

12:00

Biblio Escena 2021. Arte Escénicas en la Biblioteca

12:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". Modernismo, eclecticismo y más.

16:00

Visita guiada Toro Esencial

16:30

Rutas "EmoZionarte y ContArte". Regreso al Pasado

17:00

Ruta Románico de Romancero

20:00

Comikazes

20:00

Visita nocturna "Luces y leyendas"

Domingo, 17 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

Feria de la Cerveza

10:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". PaseArte por Toro

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

20:00

Karim, mago por un día

Lunes, 18 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Martes, 19 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Miércoles, 20 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Jueves, 21 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Viernes, 22 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

20:00

Visita nocturna "Luces y leyendas"

21:00

Álex Clavero – Mi madre es trending topic

Sábado, 23 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

12:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". Modernismo, eclecticismo y más.

16:00

Visita guiada Toro Esencial

16:30

Rutas "EmoZionarte y ContArte". Regreso al Pasado

20:00

Ruta Nocturna "Zamora, Memoria en la Noche"

Domingo, 24 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

10:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". PaseArte por Toro

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Lunes, 25 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Martes, 26 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Miércoles, 27 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Jueves, 28 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

Viernes, 29 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

20:00

Ruta Nocturna "Zamora, Memoria en la Noche"

Sábado, 30 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

12:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". Modernismo, eclecticismo y más.

16:00

Visita guiada Toro Esencial

16:30

Rutas "EmoZionarte y ContArte". Regreso al Pasado

16:30

Visita Guiada Zamora - Románico

20:00

Tic, Tac... Poe

20:00

Visita nocturna "Luces y leyendas"

Domingo, 31 de octubre

Exposición "IX centenario de la restauración de la diócesis de Zamora"

Exposición: " ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA"

Exposición: "Fuera del mapa. Paisaje y distopía"

Exposición: "Termus. Territorios Musicales. Instrumentos da Raia"

10:00

Rutas "EmoZionarte" y "ContArte". PaseArte por Toro

10:30

Visita Guiada Descubre Zamora

11:00

Visita Guiada Zamora - Románico

16:30

Visita Guiada Zamora - Románico

20:00

Ruta Nocturna "Zamora, Memoria en la Noche"



Cadena Dial Zamora - 100.8 - **Zamora**

Cadena 100 Zamora - 94.9 - **Zamora**

Castilla y León Radio - 97.1 - **Zamora**

COPE Benavente - 90.9 - Puebla de Sanabria

COPE Benavente - 105.1 - Benavente

COPE Zamora - 1269 + 105.1 - **Zamora**

Duero FM - 106.5 - **Zamora**

Europa FM - 105.8 - **Zamora**

Info Music FM - 100.0 - Granja de Moreruela

Kiss FM - 104.7 - Benavente

Kiss FM - 99.1 - **Zamora**

Loca FM - 103.8 - **Zamora**

Los 40 Benavente - 93.7 - Benavente

Los 40 Zamora - 89.8 - **Zamora**

Onda Cero Zamora - 99.7 - **Zamora**

Onda Zamora - 103.8 - **Zamora**

Que Radio - 107.1 - Milles de la Polvorosa

Radio Benavente - 90.5 - Benavente

Radio Benavente - 104.0 - Puebla de Sanabria

Radio María - 99.1 - Puebla de Sanabria

Radio María - 93.9 - Toro

Radio María - 102.5 - **Zamora**

Radio Nacional de España – Varias - Varias

Radio Sonora Va - 107.9 - Villanueva de Azogue

Radio Toro - 107.8 - Toro

Radio Vigo de Sanabria - 96.2 - Vigo de Sanabria

Radio Zamora - 1485 + 103.1 - **Zamora**

Sonora Punto - 107.9 - Villanueva del Azogue



Yolanda Misol



Yolanda Misol, nace en Zamora en 1971.

Es Licenciada en Bellas Artes por Pintura en la Universidad de Salamanca, en 1995.

Especialidad de Cerámica en la Universidad de Alcalá de Henares, 2004-2007

Cursos de doctorado de Dpto. De Didáctica y Org. Esc. Y DD. EE. CC. Educacion UNED. Madrid, 1999-2000.

Master de Diseño en la Universidad Complutense de Madrid, en 2009

Amplia formación en Arteterapia, Mindfulness, Mediación, Plan de Igualdad. Formación continua en todos los ámbitos que desarrolla su trabajo y proyectos.

Desde el año 2009 vive, trabaja y desarrolla su obra artística en Zamora.

Es profesora de Dibujo y Artes Plásticas del Ministerio de Educación Secundaria, con oposición de 1996, ejerciendo durante trece años en la Comunidad de Castilla La Mancha y desde 2009 en Castilla y León. En el IES Poeta Claudio Rodríguez de Zamora.

Su trayectoria artística se desarrolla dentro del campo de la pintura, el diseño, la cerámica, la instalación artística.

Actualmente desarrolla un proyecto colaborativo del que es creadora, impulsora y presidenta. El grupo ZAS, de mujeres artistas de Zamora.

Realiza un proyecto de arteterapia, como trabajo de innovación dentro del Ministerio de Educación. La Arteterapia como intervención educativa.

En proceso también, el proyecto colaborativo entre mujeres, Mujeres creadoras, mujeres valientes. Estudio, reflexión, documentación y trabajo en aulas de mujeres artistas.

Anteriormente, el proyecto Respira, Respeta, Recicla. Colaborativo de Arte, Educación, Medio Ambiente. Así como, La Columna del Respeto.

Durante su carrera profesional realiza numerosos proyectos artísticos e instalaciones llevados a cabo con alumnos.

Fue premiada por el MEC con el proyecto de innovación multidisciplinar Espacio Re, en Albacete.

Desarrolla y expone proyectos artísticos de pintura como, Los Abrazos, 2019; Rosetones Románicos, 2018; Vulvas, mujeres libres, 2017; Románico en Zamora, 2016; Nacer, 2014-2015; Fragmentos de poesía en color, 2012-2014; Por estas Aguas de Geometría, 2010; Aires recortados, 2009; Series, Blanca, Rojo, Vino, 2003- 2010.

Elabora trabajos de diseño, cartelería, edición y maquetación para el grupo ZAS.

Anteriormente edita la revista informativa de ASPES. (Sindicato de Profesores).

Colabora y realiza trabajos de diseño, cartelería, folletos y organización de exposiciones para Amnistía Internacional, en la sede de Alcalá de Henares.

Colaboradora de los talleres de Imagen y Sonido, Edición y Grabación de video, Diseño Gráfico, Universidad Popular de Villarrobledo, Albacete.

Realización de exposiciones individuales:

El Rincón de la Victoria, Málaga en 2015; El Desván de Diógenes, Valladolid; Valbusenda, Zamora en 2014; C. Cultural Valdebernardo. Madrid,

Aeropuerto de Málaga-Costa del Sol, Sala LA JARAMILLA de Coslada, Madrid; Sala Juan Carlos I , San Fernando de Henares, Madrid; Sala de LA Encarnación, Diputación de Zamora en 2013; Café Continental. Alcalá de Henares, Madrid, en 2008; Cerámica, Villalube Zamora en 2007; Villalube.



DENUNCIA

CIUDADANA



Quieres compartir tu **“DENUNCIA”** sobre lo que ocurre en tu Barrio, en Zamora, envíanos una foto con tu **“DENUNCIA”** a: zamoraopina@gmail.com

Y publicaremos tus quejas y opiniones.

**TU MASCOTA
TU RESPONSABILIDAD**



**ES OBLIGATORIO RECOGER
LOS EXCREMENTOS**

MULTA DE 75 € A 500 €

Ley 11/2003 de Protección de Animales
**POR EDUCACIÓN, POR CIVISMO
Y POR RESPETO A LOS DEMÁS**

**La calle es de todos
Mantenla limpia**

Según la Ley 11/2003, de 24 de noviembre, de protección de los animales. Recordamos el artículo 40. Infracciones leves.

Artículo 40. Infracciones leves.

Son infracciones leves:

- a) La carencia o tenencia incompleta del archivo de fichas clínicas de los animales objeto de tratamiento obligatorio.
- b) La no obtención de las autorizaciones, permisos o licencias necesarias, en cada caso, para estar en posesión del animal de que se trate.
- c) La manipulación artificial de los animales con objeto de hacerlos atractivos como diversión o juguete para su venta.
- d) La falta de notificación al órgano competente de la Administración de la Junta de Andalucía de la utilización de animales de experimentación.
- e) La perturbación por parte de los animales de la tranquilidad y el descanso de los vecinos.

f) La no recogida inmediata de los excrementos evacuados por el animal de compañía en las vías públicas.

- g) Cualquier otra actuación que contradiga las obligaciones o infrinja las prohibiciones de esta Ley y no esté tipificada como infracción grave o muy grave.

Artículo 41. Sanciones.

1. Las infracciones indicadas en el artículo anterior serán sancionadas con multas de:

a) 75 a 500 euros para las leves.

b) 501 a 2.000 euros para las graves.

c) 2.001 a 30.000 euros para las muy graves.

Dado el estado lamentable en que se encuentran la mayoría de las calles de Zamora, por **la no recogida**, por parte de los propietarios de estas mascotas, debería de aplicarse esta Ley por parte del Ayuntamiento.

Aplicando la correspondiente sanción, pero tranquilos propietarios de mascotas, podéis continuar **no recogiendo los excrementos** de vuestras queridísimas mascotas, porque en Zamora, **el Ayuntamiento no tramita las multas** que pudieran poner a los susodichos.

Es realmente vergonzoso, que los ciudadanos y visitantes tengan que aguantar las malas normas y modales de propietarios de mascotas. Y más vergonzoso es saber que el Ayuntamiento no solo no toma medidas, sino que no tramita las multas.



Llevamos observando desde hace tiempo, al final de la calle **Carretera de la Estación**, un cable desprendido de la fachada del edificio, atado a un árbol, a simple vista, parece ser un cable de los que utiliza **ONO** para los usuarios.

Debe de ser, que él/los usuarios no están satisfechos y los quitan de su fachada, digo yo.

También en la calle de **San Blas** existe otro cable que cuelga de la fachada del edificio.

A ver si desde estas páginas, alguien se entera y soluciona esto.





Artículos Publicitarios
Papel de Regalo
Cintas Adhesivas

Rafael Garza García

49009 ZAMORA

Mov. 606 189 775

Ocurrió un día entre semana del pasado mes de junio, estando trabajando por la tarde, me empecé a encontrar mal, cada vez iba a mas, decidí marchar a urgencias, concretamente a Santa Elena.

Una vez llegado allí, entre y a mano izquierda se encuentra, por decirlo de alguna manera, la recepción, me dirijo allí y había **un señor calvo, rodeado de varios, supongo yo, médicos y personal del centro.**

Dicho **señor calvo**, vestido de pisano, me pregunta que me pasaba, le explico y me pide la tarjeta sanitaria, le comento que salía de trabajar y no la llevaba encima, **el señor calvo, me dice** en tono amenazante, que si no tenía la tarjeta sanitaria, **me tendrían que cobrar**, me pide el nombre, le doy mi DNI, y a continuación, del grupo de gente que estaba allí, sale una señora que me dice que pasa con ella, yo la sigo y entre tanto voy llamando por teléfono a mi casa para que me llevaran la tarjeta sanitaria, entramos en la consulta y yo le digo a la doctora que me disculpe un momento que estaba llamando para que me trajeran la tarjeta, entonces esta señora me dice que no me preocupara que no era necesaria la tarjeta, yo le respondo que **el señor de la puerta me dijo que si no le llevaba la tarjeta me tendría que cobrar**, a lo que ella me vuelve a responder que no es necesaria.

Termine de hablar por teléfono, me atendió y salimos de la consulta, allí me estaba esperando una persona con mi tarjeta que a continuación le dije al **señor calvo** que ahí tenía mi tarjeta sanitaria, la cogió, hizo la pantomima y me la devolvió.

Ese día este **señor calvo** tuvo suerte, porque me encontraba mal y se libro de que le pidiera la hoja de reclamaciones y algo más, pero no se libra de que escriba esto.

A ver **si alguien por encima del señor calvo** lee esto y **le pone en su sitio**, puesto que dando el nombre se salen los datos de la persona y simplemente con decir, si llega al caso, que hay que traer la tarjeta, basta, lo de que le tenemos que cobrar, sobra, más que nada porque si le dice eso a todo el mundo, un día el **que va a cobrar** será **el señor calvo**.



Ahora solo nos queda por esperar que piense hacer el Ayuntamiento con las **pistas de Pádel** del Centro Deportivo del Ayuntamiento de Zamora, situado en las inmediaciones del Centro Comercial Valderaduey.





¿Dónde está
el Gel
Hidroalcoholico?





**¿Dónde está
el Gel
Hidroalcoholico?**



**¿Qué pasa
con los cajeros
de los Bancos?**



**¿Donde esta
la persona
que desinfecta?**



Entrega de los premios de la campaña "Zamora con la Hostelería"

Se han repartido un total de 114 premios valorados en conjunto en seis mil euros

El pasado mes tuvo lugar en el salón de actos la entrega de los premios de la campaña "Zamora con la Hostelería" que se ha llevado a cabo durante el verano, promovida por el Consejo Local de la Juventud, con la colaboración del Ayuntamiento de Zamora y el Patronato Provincial de Turismo, como una actividad de apoyo e impulso a un sector tan castigado por la pandemia como el sector hostelero.

La campaña ha estado respaldada por cuarenta establecimientos de hostelería, con catorce patrocinadores, además del respaldo institución del Ayuntamiento y el Patronato Provincial de Turismo; ha contado con más de 600 participantes y se han repartido alrededor de 6.000 euros en premios. En acto ha estado protagonizado por el concejal de Juventud, Sergio López, el vicepresidente del Patronato Provincial de Turismo y diputado de Cultura y Turismo, José María Prada, y el presidente del Consejo Local de la Juventud, Tomás Gestoso, quienes han hecho entrega de los reconocimientos a los establecimientos más votados por los clientes en las cuatro categorías establecidas en la campaña, así como los cuatro primeros premios entre los participantes, consistentes en dos patinetes eléctricos y dos estancias de hotel con spa y desayuno. El resto de los premios menores, hasta un total de 114, podrán recogerlo los interesados durante los próximos días en la sede del Consejo Local de la Juventud, situado en la avenida de la Plaza de Toros nº 1 (edificio de la antigua estación de autobuses).

Los reconocimientos en la votación del público han recaído en la taberna gastronómica La Flaca, en la categoría de establecimiento con más productos de Zamora en carta; el restaurante Casa Cipri en la categoría de establecimiento

tradicional; el Café Universal en la categoría de mejor ambiente; y Clavo y Canela en la categoría reservada a los establecimientos regentados por menores de 35 años.



FISIOTERAPIA Y REHABILITACION



corpo - salud

C/ Pablo Morillo, 38 Bajo

980160213

fisioterapiacorporosalud@hotmail.com

Trabazos estrenará su circuito de BTT con un Campeonato de Castilla y León de primer nivel

La Diputación Provincial y el Ayuntamiento de Trabazos han presentado la carrera de bicicleta todo terreno, BTT, que tendrá carácter nacional y en la que podrán participar corredores de cualquier procedencia. El Campeonato de Castilla y León de BTT-XCO se celebra el 2 de octubre y va a inaugurar el circuito permanente del municipio alistiano.

El vicepresidente segundo, diputado de Deporte, Turismo y Promoción del Territorio, Jesús Prada, y el vicepresidente tercero y alcalde de Trabazos de Aliste, Javier Faúndez, dieron a conocer los detalles de este campeonato junto con el presidente del Club Deportivo Ciclismo Zamora, Manuel Campesino.

Se trata de una prueba de primer nivel que tendrá lugar el próximo día 2 de octubre, en el circuito habilitado por el ayuntamiento de Trabazos ocupando una zona de buena visibilidad, para que el público pueda acudir a este tipo de eventos. Cuenta con una longitud de 3.200 metros y un desnivel acumulado de 120 metros, e incluye algunos obstáculos.

El circuito se abrirá al público a partir del sábado próximo, para que pueda ser utilizado en los entrenamientos de esta prueba, ya que este Campeonato de Castilla y León de BTT-XCO no se trata de ciclismo en ruta, sino en circuito, tal como explicaba el alcalde de Trabazos, Javier Faúndez, quien espera que esta posibilidad atraiga a los practicantes de este tipo de deporte hacia el municipio alistiano, donde existen diferentes recursos turísticos y hosteleros para ofrecer a los visitantes.

También el diputado de Deporte y Turismo, Jesús Prada, animaba a acudir a esta actividad de deporte en la naturaleza, que en su opinión encaja en lo que se denomina ecoturismo.

La prueba del día 2 cuenta hasta hoy con cien inscritos, y la participación está organizada por categorías masculina, femenina y reina, con tres salidas para cada una de ellas, dos por la mañana y una por la tarde, tal como informó el presidente del club deportivo Ciclismo Zamora, Manuel Campesino, quien afirmaba que este tipo de deporte cuenta con una importante práctica en la provincia, donde existen diferentes clubes de BTT, incluidos algunos municipios de Aliste.

En la celebración de este campeonato han colaborado también la Junta de Castilla y León y la Caja Rural.

Este es el calendario y fiestas laborales para este 2022 en Zamora y Castilla y León

El Consejo de Gobierno ha aprobado el Decreto por el que se establece el calendario de fiestas laborales en el ámbito territorial de la Comunidad autónoma para el año 2022.

La Junta de Castilla y León, de conformidad con la normativa vigente, ha establecido el calendario de días festivos para el próximo año. Los días festivos se han fijado con el apoyo unánime de los agentes económicos y sociales, atendiendo al sistema productivo y a las demandas sociales, y respetando las fiestas tradicionales de la Comunidad autónoma. En base a estos criterios, el calendario de fiestas laborales para el año 2022 establece como festivos los siguientes días:

1 de enero, Año Nuevo.

6 de enero, Epifanía del Señor.

14 de abril, Jueves Santo.

15 de abril, Viernes Santo.

23 de abril, Fiesta de la Comunidad Autónoma.

1 de mayo, Fiesta del Trabajo.

15 de agosto, Asunción de la Virgen.

12 de octubre, Fiesta Nacional de España.

1 de noviembre, Todos los Santos.

6 de diciembre, Día de la Constitución Española.

8 de diciembre, Inmaculada Concepción.

25 de diciembre, Natividad del Señor. Se traslada al lunes 26 de diciembre.

AÑADIR ADEMÁS LAS FIESTAS LOCALES DOS EN EL CASO DE ZAMORA:

Que son: sábado, 23 de abril de 2022 - Fiesta de la Comunidad Autónoma, lunes 6 de junio de 2022 – La Hiniesta y el miércoles, 29 de junio de 2022 día de San Pedro.

Estas doce fiestas se establecen sin perjuicio de las dos fiestas de carácter local que habrán de determinarse por la autoridad competente para cada municipio, conforme a lo establecido en el artículo 46 del Real Decreto 2001/1983, de 28 de julio, sobre regulación de jornadas de trabajo, jornadas especiales y descansos.



Benavides
Print & Design

¿Cuándo es el cambio de hora?, en octubre de 2021 cambian los relojes para el horario de invierno en España

El otoño comienza este miércoles 22 de septiembre a las 21 horas y 21 minutos hora oficial peninsular, han anunciado desde el Instituto Geográfico Nacional, según cálculos del Observatorio Astronómico Nacional. Un poco más habrá que esperar para el cambio de hora: será el domingo 31 de octubre cuando se retrase el reloj una hora.

La llegada del otoño da fin al verano. La estación durará 89 días y 20 horas exactamente, y terminará el 21 de diciembre, cuando dará comienzo el invierno.

El domingo 31 de octubre se retrasará el reloj una hora para adaptarnos al horario de invierno. En concreto, a las 3.00 horas, hora peninsular, habrá que retrasar el reloj hasta las 2.00 horas. En el caso de Canarias, a las 2.00 horas pasarán a ser la 1.00 de la madrugada, retomando así el horario de invierno.

Esto significa que se ganará una hora de sueño y a partir de ese día la sensación es que anochecerá antes. Este cambio de hora se produce el último domingo de octubre de cada año y forma parte de la Directiva Europea 200/84CE que también establece la aplicación del horario de verano a finales de marzo.

Esta normativa es de obligatoria aplicación en todos los países miembros de la UE y tiene como objetivo lograr un ahorro energético y aprovechar las horas de luz natural. Supone además un beneficio para sectores como el transporte y las comunicaciones, para la seguridad vial, las condiciones de trabajo, la salud, el turismo y el ocio, según argumentaba la Comisión Europea en 1999.

Esta misma institución realizó en 2018 una consulta pública a todos los ciudadanos europeos en la que más del 80% de los 4,6 millones de personas que participaron se mostraron a favor de acabar con los cambios de hora. Con este resultado, la Comisión propuso acabar con esta práctica y que en marzo de 2019 se produjese el último cambio de hora. La falta de consenso entre los estados y de evaluaciones de impacto ha hecho que Europa retrase hasta 2021 la posible anulación del cambio horario.



Listado completo de pueblos de Zamora

Este es el listado, pueblo a pueblo, de las consultas médicas presenciales cada día de la semana fijadas por la Junta de Castilla y León en la provincia de Zamora:

► 1 DÍA A LA SEMANA

ABELÓN
ABEZAMES
ALCORCILLO
ANTA DE RIOCONEJOS
ARGAÑÍN
BADILLA
BARJACOBA
BARRIO DE LA GAFA
BARRIO DE LOMBA
BERCIANOS DE VALVERDE
BOYA
BRANDILANES
BUSTILLO DEL ORO
CABAÑAS DE ALISTE
CABAÑAS DE TERA
CALABOR
CASASECA DE CAMPEÁN
CASTRO DE ALCÁÑICES
CASTRO DE SANABRIA
CASTROMIL
CASTROPEPE
CAZURRA
CEADEA
CEREZAL DE ALISTE
CHANOS
CIBANAL
COBREROS
CONGOSTA
COTANES DEL MONTE
CUBELO
CUELGA MURES
DONEY DE LA REQUEJADA
ESCOBER DE TÁBARA
FIGUERUELA DE ABAJO
FOLGOSO DE LA CARBALLEDA
FONTANILLAS DE CASTRO
FORMARIZ
FORNILLOS DE FERMOSELLE
FRADELLOS
FRESNADILLO
GALENDE
GALLEGOS DEL CAMPO
GALLEGOS DEL RÍO
GAMONES
GÁNAME
GRANUCILLO
GRISUELA
HERMISENDE
ILANES
JUSTEL
LATEDO
LOSACIO
LOSILLA
MAHIDE
MANZANAL DE ARRIBA
MÁRQUIZ DE ALBA
MATELLANES
MILLA DE TERA
MOGÁJAR
MOLEZUELAS DE LA CARBALLEDA
MÓVEROS
MÓZAR
OLMILLOS DE CASTRO
PALAZUELO DE SAYAGO
PASARIEGOS
PEDRALBA DE LA PRADERÍA
PIEDRAHITA DE CASTRO
PINUEL
POBLADURA DE ALISTE
PONTEJOS
POYO (EL)
POZUELO DE VIDRIALES
PRADO
PUERCAS
QUINTANILLA DEL MONTE
RÁBANO DE SANABRIA
RIBADELAGO DE FRANCO
ROBLEDA
ROSINOS DE LA REQUEJADA

SAGALLOS
SALCE
SAN CIPRIÁN
SAN JUANICO EL NUEVO
SAN MARTÍN DE TÁBARA
SAN MARTÍN DE VALDERADUEY
SAN MARTÍN DEL PEDROSO
SAN MARTÍN DEL TERROSO
SAN PEDRO DE ZAMUDIA
SAN ROMÁN DEL VALLE
SANTA EUFEMIA DEL BARCO
SANTA EULALIA DEL RÍO NEGRO
SANTA MARÍA DE VALVERDE
SANTIAGO DE LA REQUEJADA
SOBRADILLO DE PALOMARES
TAMAME
TARDEMEZAR
TARDOBISPO
TORRES DE ALISTE (LAS)
UNGILDE
VALDEFINJAS
VALER
VALLESA DE LA GUAREÑA
VECILLA DE LA POLVOROSA
VEGA DE TERA
VEGA DE VILLALOBOS
VEGALATRAVE
VIDAYANES
VILLALONSO
VILLAMOR DE CADOZOS
VILLAMOR DE LA LADRE
VILLANUEVA DE LAS PERAS
VILLÁRDIGA
VILLARINO TRAS LA SIERRA
VILLAVEZA DE VALVERDE
VIME DE SANABRIA
VIVINERA
ZAFARA

► 2 DÍAS A LA SEMANA

ABEJERA
ABRAVES DE TERA
AGUILAR DE TERA
ALCUBILLA DE NOGALES
ALFARAZ DE SAYAGO
ALGODRE
ALMENDRA
ARQUILLINOS
BERCIANOS DE ALISTE
BERMILLO DE ALBA
BRETÓ
BRIME DE SOG
BRIME DE URZ
CABAÑAS DE SAYAGO
CALZADA DE TERA
CARBAJOSA
CARBELLINO
CARRASCAL
CASTELLANOS
CASTRILLO DE LA GUAREÑA
CERECINOS DEL CARRIZAL
CERNADILLA
CODESAL
COOMONTE
CUBO DE BENAVENTE
DOMEZ
ENTRALA
ESPADAÑEDO
FARIZA
FONFRÍA
FORNILLOS DE ALISTE
FRESNO DE LA POLVOROSA
FRESNO DE SAYAGO
FRIERA DE VALVERDE
FUENTE ENCALADA
GALLEGOS DEL PAN
GRANUCILLO
JAMBRIÑA
JUNQUERA DE TERA

LITOS
LUELMO
MADERAL (EL)
MAIRE DE CASTROPONCE
MALVA
MANZANAL DE LOS INFANTES
MANZANAL DEL BARCO
MATILLA DE ARZÓN
MAYALDE
MICERECES DE TERA
MORALES DE VALVERDE
MUELAS DE LOS CABALLEROS
MUGA DE ALBA
NAVIANOS DE VALVERDE
OLLEROS DE TERA
OTERO DE BODAS
PALAZUELO DE LAS CUEVAS
PELEAS DE ARRIBA
PEQUE
PERILLA DE CASTRO
PIÁS
PINO DEL ORO
PORTO
POZUELO DE TÁBARA
PUEBLICA DE VALVERDE
PUMAREJO DE TERA
QUINTANILLA DE URZ
RABANALES
REQUEJO
RICOBOYO DE ALBA
RIEGO DEL CAMINO
ROELOS DE SAYAGO
SAMIR DE LOS CAÑOS
SAN AGUSTÍN DEL POZO
SAN ESTEBAN DEL MOLAR
SAN JUAN DEL REBOLLAR
SAN MARCIAL
SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA
SAN MIGUEL DEL VALLE
SAN PEDRO DE LA VIÑA
SAN VICENTE DE LA CABEZA
SANTA CLARA DE AVEDILLO
SANTA COLOMBA DE LAS CARA-
BIAS
SANTA EUFEMIA DEL BARCO
SANTA EULALIA DE TÁBARA
SANTA MARTA DE TERA
SEJAS DE ALISTE
SESNÁNDEZ DE TÁBARA
SITRAMA DE TERA
TAPIOLES
TOLA
TORRE DEL VALLE (LA)
TORREFRADES
TREFACIO
ÚÑA DE QUINTANA
VALDEPERDICES
VALDESCORRIEL
VALDESPINO
VECILLA DE TRASMONTE
VIDEMALA
VIGO
VILLADEPERA
VILLAFERRUEÑA
VILLALUBE
VILLANUEVA DE CAMPEÁN
VILLANUEVA DE VALROJO
VILLARDIEGUA DE LA RIBERA
VILLARDONDIAGO
VILLAVENDIMIO
VILLAVEZA DEL AGUA
VINAS

► 3 DÍAS A LA SEMANA

ALMARAZ DE DUERO
ALMEIDA DE SAYAGO
ANDAVIAS
ARCENILLAS
ARCOS DE LA POLVOROSA
ARGUJILLO

ARRABALDE
ASPARIEGOS
ASTURIANOS
AYOÓ DE VIDRIALES
BARCIAL DEL BARCO
BELVER DE LOS MONTES
BENEGILES
BRETOCINO
CALZADILLA DE TERA
CAMARZANA DE TERA
CANZAL
CAÑIZO
CASASECA DE LAS CHANAS
CASTROGONZALO
CASTRONUEVO DE LOS ARCOS
CASTROVERDE DE CAMPOS
CERECINOS DE CAMPOS
COLINAS DE TRASMONTE
CUBILLOS
CUBO DE TIERRA DEL VINO (EL)
FARAMONTANOS DE TÁBARA
FARIZA
FERRERAS DE ABAJO
FERRERAS DE ARRIBA
FERRERUELA DE TÁBARA
FIGUERUELA DE ARRIBA
FRESNO DE LA RIBERA
FUENTES DE ROPEL
FUENTESPREADAS
GALLEGOS DEL RÍO
GEMA
GRANJA DE MORERUELA
GUARRATE
HERMISENDE
HINIESTA (LA)
LOSACINO
LUBIÁN
MADRIDANOS
MAHIDE
MANGANESOS DE LA LAMPREANA
MANZANAL DE ARRIBA
MELGAR DE TERA
MICERECES DE TERA
MILLES DE LA POLVOROSA
MOLACILLOS
MOMBUEY
MORAL DE SAYAGO
MORALEJA DE SAYAGO
MORALINA
MORERUELA DE LOS INFANZONES
MORERUELA DE TÁBARA
MUELAS DEL PAN
MUGA DE SAYAGO
NUEZ
OLMILLOS DE CASTRO
OLMILLOS DE VALVERDE
PAJARES DE LA LAMPREANA
PALACIOS DE SANABRIA
PALACIOS DEL PAN
PEDRALBA DE LA PRADERÍA
PEGO (EL)
PELEAGONZALO
PELEAS DE ABAJO
PEÑAUSENDE
PERERUELA
PINILLA DE TORO
PIÑERO (EL)
POBLADURA DEL VALLE
POZOANTIGUO
PUENTE (EL)
QUIRUELAS DE VIDRIALES
RÁBANO DE ALISTE
REVELLINOS
RIONEGRO DEL PUENTE
ROBLEDA-CERVANTES
ROSINOS DE LA REQUEJADA
SAN CEBRIÁN DE CASTRO
SAN JUSTO
SAN MIGUEL DE LA RIBERA
SAN PEDRO DE CEQUE
SAN PEDRO DE LA NAVE-ALMEN-
DRA
SAN VICENTE DE LA CABEZA

SAN VITERO
SANTA COLOMBA DE LAS MONJAS
SANTA CROYA DE TERA
SANTA MARÍA DE LA VEGA
SANTIBÁÑEZ DE TERA
SANTIBÁÑEZ DE VIDRIALES
SANTOVENIA
SANZOLES
SARFACÍN DE ALISTE
TAGARABUENA
TORREGAMONES
TORRES DEL CARRIZAL
TRABAZOS
VADILLO DE LA GUAREÑA
VALCABADO
VEGA DE TERA
VENIALBO
VEZDEMARBÁN
VILLABRÁZARO
VILLAESCUSA
VILLAFÁFILA
VILLALAZÁN
VILLALBA DE LA LAMPREANA
VILLALCAMPO
VILLALOBOS
VILLAMAYOR DE CAMPOS
VILLAMOR DE LOS ESCUDEROS
VILLANÁZAR
VILLANUEVA DE AZOAGUE
VILLARDECIERVOS
VILLARRÍN DE CAMPOS
VILLASECO DEL PAN

► 5 DÍAS A LA SEMANA

ALCÁÑICES
BENAVENTE
BERMILLO DE SAYAGO
BÓVEDA DE TORO (LA)
BURGANES DE VALVERDE
CAMARZANA DE TERA
CARBAJALES DE ALBA
COBREROS
CORESES
CORRALES DEL VINO
FERMOSELLE
FONFRÍA
FUENTELAPEÑA
FUENTESAUJO
GALENDE
MANGANESOS DE LA POLVOROSA
MONFARRACINOS
MONTAMARTA
MORALEJA DEL VINO
MORALES DE REY
MORALES DE TORO
MORALES DEL VINO
MUELAS DEL PAN
PERDIGÓN (EL)
PERERUELA
PUEBLA DE SANABRIA
QUIRUELAS DE VIDRIALES
RABANALES
RIOFRÍO DE ALISTE
ROALES
SAN CRISTÓBAL DE ENTREVÍANAS
SANTA CRISTINA DE LA POLVORO-
SA
SANTIBÁÑEZ DE VIDRIALES
TÁBARA
TORO
TRABAZOS
TRABAZOS DEL PUENTE
VILLALPANDO
VILLANUEVA DEL CAMPO
VILLAR DEL BUEY
VILLARALBO
ZAMORA

Para los núcleos de población no recogidos en la lista, la consulta médica será a demanda.

La Catedral de Zamora podría hacer visitable su torre

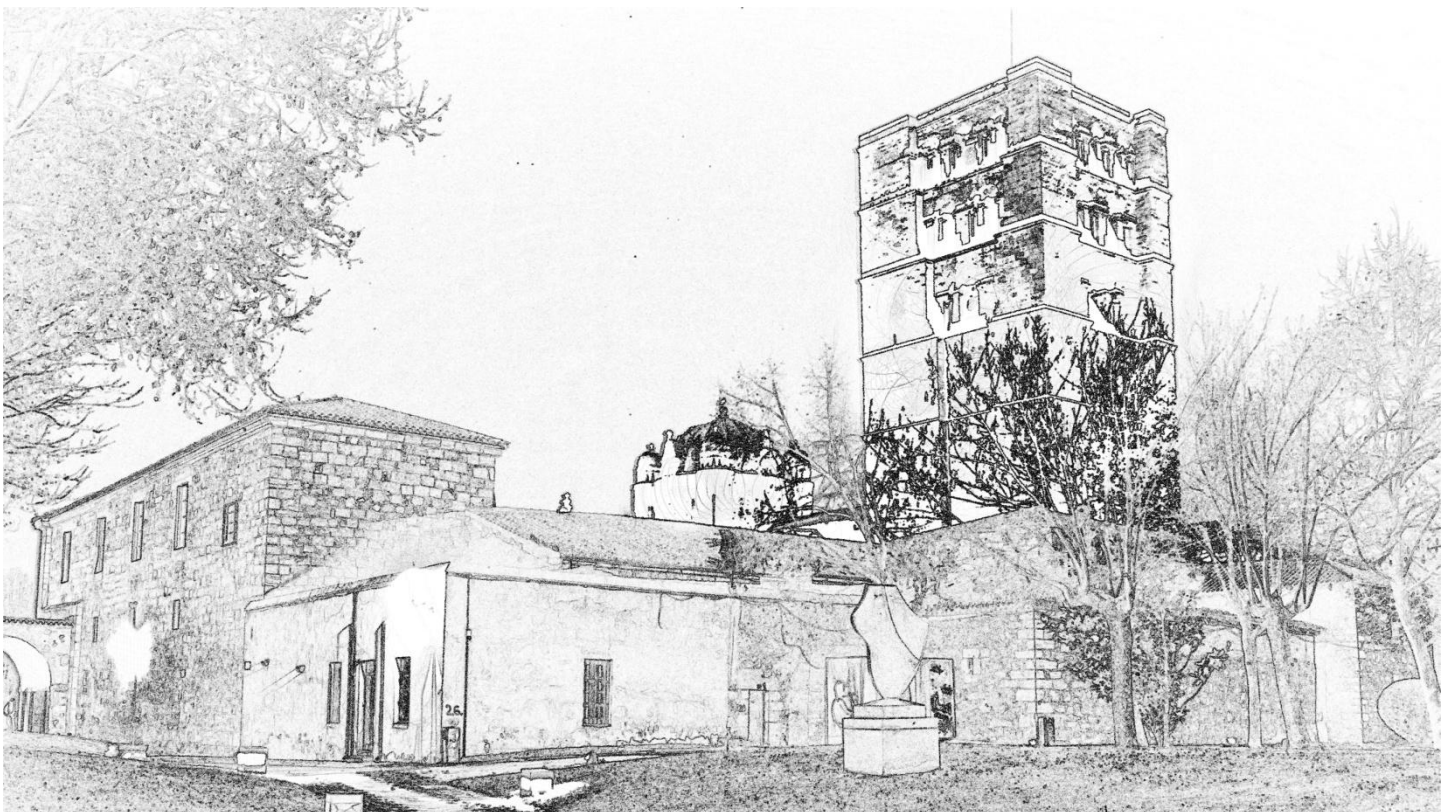
La Catedral de Zamora acogió el pasado 23 de septiembre a las 20.30 horas, una conferencia sobre las últimas intervenciones realizadas en el templo, desde el año 2015 y hasta la fecha. Además, se explicarán también los proyectos y propuestas de futuro para el mantenimiento del edificio y la puesta en valor del mismo.

El ponente fue el arquitecto artífice de estas intervenciones, Claudio Pedrero, y a través de una generosa selección de imágenes ofreció una explicación detallada de cada una de las obras. Hizo especial hincapié en la intervención y recuperación de la capilla de Santiago en el claustro de la Catedral, los lucillos descubiertos en las naves del templo y el mantenimiento de la cubierta.

Posibilidad de hacer visitable la torre

En cuanto a los proyectos futuros, Pedrero apuntó la posibilidad de hacer visitable la torre, entre otras cosas.

Se trata de una actividad enmarcada en el Año Jubilar Raíces con Esperanza que vive la diócesis de Zamora hasta marzo del 2022.



ZAMORA AL DIA



TREN TURÍSTICO Zamora



HORARIO
Mañanas
10:30h, 11:30h, 12:30h
Tardes
18:00h, 19:00h, 20:00h, 21:00h

Más info: 980 533 694



PLANO DEL RECORRIDO





MASTODONTE

Fecha:

01 octubre 2021, 20:30

LOS ASQUEROSOS

Fecha:

02 octubre 2021, 20:30

VÍCTOR ANTÓN GROUP "CHANGING GEARS"

Fecha:

07 octubre 2021, 20:30

VIENTOS DE LEVANTE

Fecha:

08 octubre 2021, 20:30

VERANO DE DICIEMBRE

Fecha:

09 octubre 2021, 20:30

MAESTRISIMO

Fecha:

13 octubre 2021, 20:30

RECITAL Y TAL

Fecha:

14 octubre 2021, 20:30

TRASH!

Fecha:

15 octubre 2021, 20:30

BANDA DE MÚSICA DE ZAMORA

Fecha:

16 octubre 2021, 20:00

EL RAMO VERDE

Fecha:

21 octubre 2021, 20:30

LA REALIDAD

Fecha:

23 octubre 2021, 20:30

MATAR CANSA

Fecha:

24 octubre 2021, 19:30

DON JUAN TENORIO

Fecha:

29 octubre 2021, 20:30





Teatro Ramos Carrión

¿Puedo hablar! XXL

¿Puedo hablar! XXL es el show de Esnórquel y Perra de Satán, espectáculo en vivo que, además de la grabación de un episodio de su podcast, contará con muchas y simpáticas sorpresas en su primera gira por España. **Viernes 1 de Octubre de 2021**

IX Festival de Folklore Doña Urraca

IX Festival de Folklore Doña Urraca, una oportunidad de disfrutar de una jornada de convivencia con un alto nivel con la premisa de garantizar la difusión de valores y tradiciones. **Sábado 2 de Octubre de 2021.**

Ópera Los Comuneros

Los Comuneros de Igor Escudero, una ópera de divulgación histórica para todos los públicos con dinamismo, con acción, donde la historia no se detiene constantemente en los números musicales. **Domingo 3 de octubre de 2021.**

Comikazes

Comikazes, el espectáculo de monólogos único e irrepetible con los cinco mejores cómicos del país. El público demanda reírse y con ellos está garantizado. **Sábado 16 de Octubre de 2021.**

Karim, mago por un día

Karim, mago por un día, un espectáculo donde el humor y la magia son los protagonistas aunque el público también tiene un papel principal en la obra y no dejará de sorprenderse en ningún momento. **Domingo 17 de Octubre 2021**

Álex Clavero – Mi madre es trending topic

Mi madre es trending topic, un entrañable y desternillante monólogo en el que Álex Clavero muestra lo mucho que ha cambiado el mundo en tan poquito tiempo. Risas y recuerdos con exageración y absurdez. **Viernes 22 de octubre de 2021**

La llamada

La Llamada, el aclamado musical de Javier Calvo y Javier Ambrossi que ya ha conquistado a más de 1.500.000 espectadores. Descubre el fenómeno teatral que te llevará directo al cielo. **Sábado 23 de octubre de 2021.**

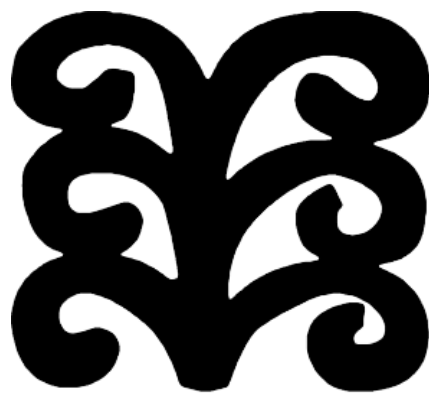
Imbécil – Alex O’Dogherty

Alex O’Dogherty es Imbécil, así se llama su último y mejor, sin duda, espectáculo de uno de los monologuistas más veteranos que hay en España. Si estas harto de medir las palabras, este es tu show. **Viernes 29 de Octubre de 2021**

Tic, Tac... Poe

TIC, TAC... POE, las últimas y terroríficas horas de Edgar Alan Poe. Unas horas en las que Poe sufrirá el mismo terror que vivieron sus incontables lectores con sus narraciones. **Sábado 30 de octubre de 2021**





Museo Etnográfico

Castilla y León

Octubre 2021

Viernes 1

20:15h. Presentación del libro: «**SÓBETE AL PAISAJE, EN SAYAGO. MUCHO MÁS QUE LOS ARRIBES**»

Sábado 2

12:00h. Narración oral: «**EL PARAGUAS DEL MAGO**»

13:00h. Narración oral: «**EL PARAGUAS DEL MAGO**»

17:30h. Taller para adultos: «**POESÍA VISUAL: INTRODUCCIÓN Y CREACIÓN**»

Domingo 3

12:00h. Visitas temáticas **DÍA MUNDIAL DE LA ARQUITECTURA**

13:00h. Visitas temáticas **DÍA MUNDIAL DE LA ARQUITECTURA**

Jueves 7

20:15h. Presentación del poemario «**ATMÓSFERA DE TIERRA Y CIELO**»

Viernes 8

19:30h. **CONCIERTO-HOMENAJE DE POEMAS MUSICADOS DE WALDO SANTOS**, con motivo de la celebración de su centenario

Sábado 9

11:30h. Taller de **MINI CÓMIC**

Viernes 15

Inauguración: [160218-190930] SEÑALES DE UN TIEMPO PERICLITADO

12:00h. Visitas temáticas **DÍA MUNDIAL DE LA MUJER RURAL**

19:00h. Visitas temáticas **DÍA MUNDIAL DE LA MUJER RURAL**

20:15h. Presentación del proyecto audiovisual: «**IN-volución**»

Sábado 16

18:00h. Taller de alfarería transgresiva: **EL 'EQUIPO' CAMPANIFORME**

Domingo 17

11:30h. Taller de alfarería transgresiva: **EL 'EQUIPO' CAMPANIFORME**

Miércoles 20

18:00h. Punto de Fuga: «**PCCh: FELINOS CIENTOS AÑOS**»

Jueves 21

19:30h. Mesa redonda: «**LENGUAJE Y LÉXICO EN LA POESÍA DE WALDO SANTOS**»

Viernes 22

17:00h. **I JORNADAS TERMUS – TRASTEADORES**

Sábado 23

11:30h.: **TALLER DE EXPRESIÓN CORPORAL A TRAVÉS DEL TEATRO DE SOMBRAS**

17:00h. **I JORNADAS TERMUS – TRASTEADORES**

Domingo 24

Finaliza el plazo de entrega para el concurso de dibujo «Y A TI, ¿QUÉ TE GUSTA DEL MUSEO?»

12:00h. Matinal documental: «**FARAWAY LAND**»

Martes 26

Talleres didácticos: «**CULTIVANDO MIRADAS**»

Miércoles 27

Talleres didácticos: «**CULTIVANDO MIRADAS**»

20:15h. Conferencia **ONLINE: «PROPUESTAS INTERCULTURALES PARA REPENSAR LA VULNERABILIDAD»**

Jueves 28

Inauguración: VESTIGIOS

Talleres didácticos: «**CULTIVANDO MIRADAS**»

Viernes 29

Talleres didácticos: «**CULTIVANDO MIRADAS**»

Sábado 30

12:00h. Narración oral: «**¡PUM! CUENTOS DE UNA BRUJA COMILONA**»

13:00h. Narración oral: «**¡PUM! CUENTOS DE UNA BRUJA COMILONA**»

Gift Shop

No es fácil ni es barato sostener este medio de comunicación, por eso te pedimos que nos ayudes con una aportación, que formes parte de nuestro proyecto, que ayudes a que sigamos publicando **Zamora Spirit**.

Para ello hemos creado esta sección llamada **"Gift Shop"** en la que podrás encontrar diferentes artículos creados para esta causa.

Si quieres colaborar, pide el artículo que más te guste a través del correo: **promocionrevista@gmail.com** o al teléfono: **658 219 368** mandándonos un **WhatsApp**.

Unidades limitadas, no te quedes sin ellas.

Centro Comercial Valderaduey
Avda. Cardenal Cisneros · ZAMORA

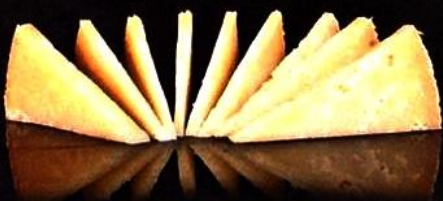
☎ 665 990 991

✉ divinos2004@gmail.com

📘 *Divinos Productos de la Tierra*

DIVINOS
la última tentación

Especialidad en:



Quesos



Embutidos



Vinos



Descarga La APP Gratis

Graffitiza -Arte Urbano Zamora

Localizador de todos los puntos en la ciudad de Zamora con las obras de graffiti realizadas en fachadas del casco urbano. Realizada para el Ayuntamiento de Zamora.

**ELLOS SOLOS
NO PUEDEN,
HAZLO TÚ**

Campaña de concienciación ciudadana para la recogida de excrementos caninos



**¡GRACIAS
POR COLABORAR!**

Con la colaboración de todos, tendremos un municipio mejor y más limpio.



**AYUNTAMIENTO
DE ZAMORA**

SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

YA TENEMOS FECHA

Días 6 y 7 de Noviembre

**Desde las 12 am del Sábado
Hasta las 12 am del Domingo**

**En las pistas deportivas de la
Ciudad Deportiva**

Ininterrumpidamente

24 HORAS POR HUGO



WWW.CORRIENDOPORHUGO.COM

Visitas Guiadas Zamora Románica 2021

- Visita del interior de la **Catedral y Museo Catedralicio con la guía**. Ticket de entrada no incluido.
- Sistema de **radioguías personal** para cada participante para que pueda escuchar perfectamente todas las explicaciones.
- Visitas realizadas por experimentadas guías acreditadas por la Junta de Castilla y León.

RECORRIDO:

Plaza de Viriato, Iglesia de la Magdalena, Iglesia de San Ildefonso, Mirador del Troncoso, exterior e interior de la Catedral y Museo Catedralicio y Portillo de la Lealtad (antiguo Portillo de la Traición).

PUNTO DE ENCUENTRO y HORA DE SALIDA:

Plaza de Viriato (Junto a la estatua de Viriato)

11h00 – **TODOS LOS DÍAS DEL AÑO** exceptuando el 1 y 6 de Enero y 25 de Diciembre.

16h30 – 19 y 20 Marzo, 1, 2 y 15 Mayo, 10, 11, 30 y 31 Octubre, 5, 6 y 7 Diciembre.

Se recomienda llegar al punto de encuentro con 10 minutos de antelación

PRECIO

Adultos 10 € por persona (ticket de entrada a la Catedral **NO INCLUIDO**). Se incluye radioguía pero no auricular por razones higiénicas.

Menores de 4 a 12 años acompañados de 1 adulto. 50% de reducción sobre la tarifa de adulto.

Entrada a la Catedral gratis. Se incluye radioguía pero no auricular por razones higiénicas.

Menores 4 años gratis acompañados de 1 adulto. No incluye radioguía. Entrada a la Catedral gratis.

En el caso de no disponer de auriculares propios de clavija universal o que no sean compatibles con el sistema de radioguía podrán adquirir unos al inicio de la visita con un coste de **1 Euro por auricular**.

En cumplimiento de las medidas para minimizar los riesgos de contagio por el COVID-19, el número de participantes en la visita será restringido por lo que **ES OBLIGATORIO REALIZAR LA RESERVA PREVIA EN NUESTRA PÁGINA WEB www.asociacionguiaszamora.com** o a través de nuestro correo electrónico guiaszamora@gmail.com

Una vez recibida la reserva, se enviará una confirmación por escrito y el protocolo de actuación durante la visita.

Las visitas pueden sufrir modificaciones, ajustes o cancelaciones por causas ajenas a nuestra voluntad o fuerza mayor.

Visitas realizadas por guías acreditados por la Junta de Castilla y León y miembros de la Asociación Zamorana de Guías de Turismo

ASOCIACIÓN ZAMORANA
DE GUÍAS DE TURISMO

Tel. 686 639 551
guiaszamora@gmail.com
www.asociacionguiaszamora.com



VISITA GUIADA NOCTURNA LUCES Y LEYENDAS

2021

RECORRIDO: Plaza Mayor, Edificios Modernistas Plaza Sagasta, Palacio de los Momos, Casino, Santa Clara, Santa María la Nueva, San Cipriano, Plaza de Santa Lucía, Convento del Tránsito, San Ildefonso, entorno de la Catedral y mirador sobre el río Duero y Puentes.

Precio por persona:

General 10 € (Iva incluido)

Menores entre 5 y 12 años 50% de descuento (Iva incluido)

Menores de 4 años GRATIS acompañados de un adulto.

Punto de encuentro:



Plaza Mayor
(frente a la estatua del Merlú)
Iglesia de San Juan Bautista

Hora de comienzo:

19h00 Enero, Febrero, Noviembre y Diciembre

20h00 Marzo, Abril, Mayo y Octubre

21h00 Junio, Agosto y Septiembre

22h00 Julio

Reserva:

Obligatoria a través de nuestra web www.visitazamora.es o enviando un mail a arteduero@gmail.com

FEBRERO: 20 + 27

MARZO: 5 + 13 + 19 + 27

ABRIL: 2 + 10 + 16 + 24 + 30

MAYO: 2 + 8 + 14 + 22 + 28

JUNIO: 5 + 11 + 19

JULIO: 2 + 10 + 16 + 24 + 30

AGOSTO: 4 + 7 + 10 + 13 + 18 + 21 + 24 + 27

SEPTIEMBRE: 1 + 4 + 7 + 10 + 18 + 24

OCTUBRE: 2 + 8 + 10 + 16 + 22 + 30

NOVIEMBRE: 5 + 13 + 19 + 27

DICIEMBRE: 4 + 6

Duración aproximada 1h30 a 2 horas.

Las visitas son realizadas por Guías de Turismo debidamente habilitados por la Junta de Castilla y León.

Las visitas pueden sufrir modificaciones o cancelaciones por causa de fuerza mayor.



Somos amigos de las mascotas
¡Puedes acudir a la visita con la tuya, serás bien recibido!

• Debido a las medidas de prevención para minimizar los riesgos de contagio del COVID-19, el número de participantes es limitado y es imprescindible realizar la reserva a través de nuestra página web www.visitazamora.es o enviando un mail a arteduero@gmail.com.

• Los grupos serán reducidos de acuerdo a la normativa vigente en la Comunidad de Castilla y León.

• Uso obligatorio de la mascarilla, durante todo el recorrido. Los clientes tendrán que acudir provistos de ella.

• Se entregará un radioreceptor higienizado a cada participante, sin embargo los auriculares no incluidos por razones higiénicas. Se recomienda acudir con auriculares propios, en el caso de no disponer de ellos o de no ser compatibles con el radioreceptor, se podrá adquirir una unidad desechable por el precio de 1€. Los menores de 4 años no llevan incluidos ni el radioreceptor ni los auriculares.



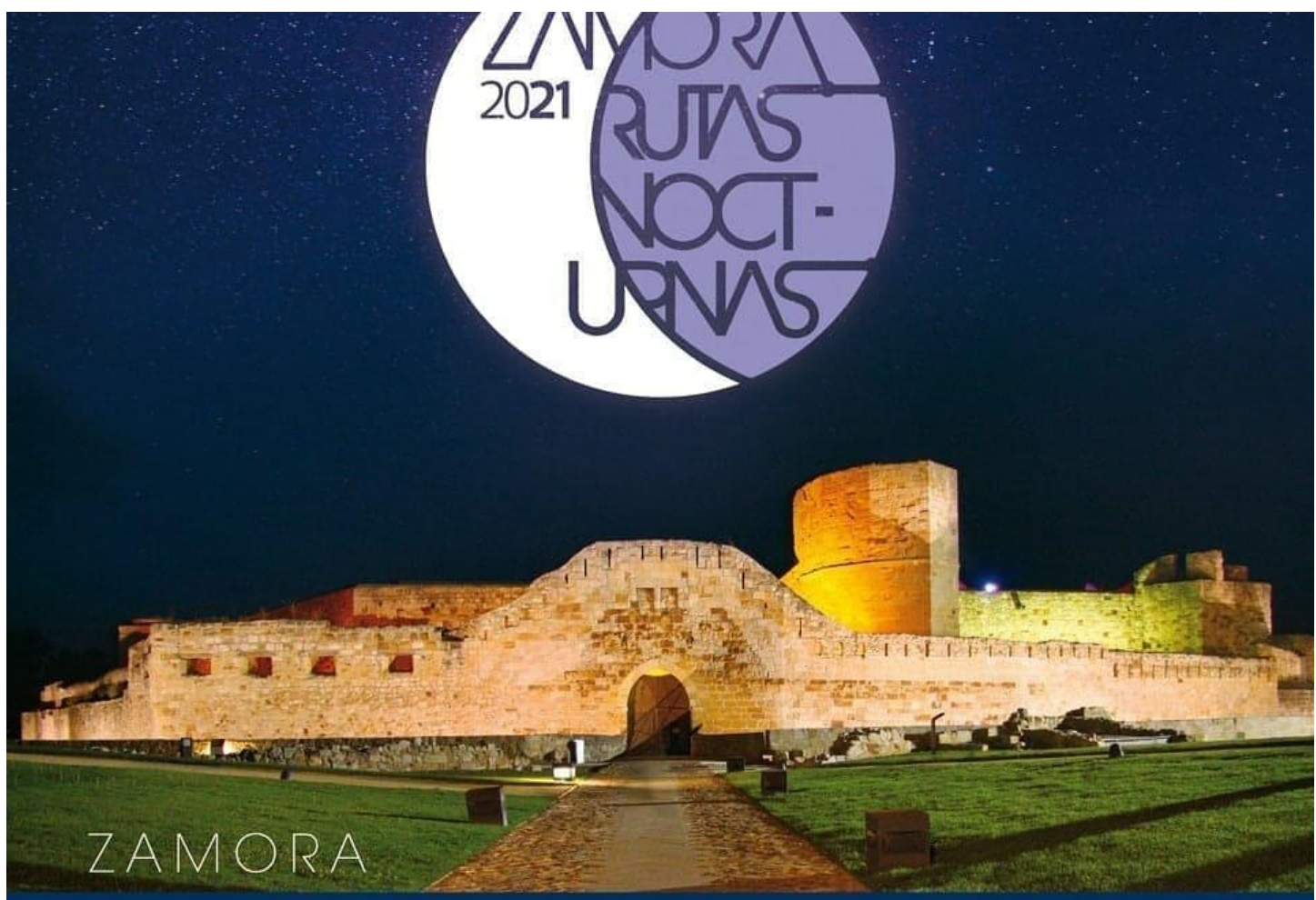
Arte Duero

INFORMACIÓN Y RESERVAS

625 258 062 / 697 581 546 / 609 882 340

arteduero@gmail.com www.visitazamora.es

Visitas organizadas por ArteDuero SL. (Plaza de la Leña, 9 3ªA 49004 Zamora CIF: B49261696)



ZAMORA MEMORIA EN LA NOCHE

El mejor paseo nocturno que te ofrece la ciudad

¿Sabías qué Zamora tiene la mayor concentración urbana de templos románicos de España? ¿Sabías también que es la única capital de Castilla y León que está dentro de la Ruta Europea del Modernismo? ¿Qué tienen que contarnos los "lobos" y los "peces" de Zamora? ¿Te gustaría tomar el castillo y descubrir que veían sus señores desde las almenas?

Descubre el por qué en este recorrido nocturno por la ciudad. Un paseo por la historia de "la bien cercada" en el que disfrutarás de su arquitectura Modernista y Medieval, el exquisito claustro Renacentista del Palacio de los Condes de Alba de Aliste, los rincones más bonitos y leyendas que entusiasmarán a niños y mayores. Para finalizar te proponemos "asaltar" el Castillo de la ciudad para entender la función de estas fortalezas desde la Edad Media y disfrutar desde la Torre del Homenaje de la mejor vista de la cúpula gallonada de la Catedral iluminada.

10€
PERSONA
(IVA incluido)

5€
NIÑOS 5-12 años
(IVA incluido)



PUNTO DE ENCUENTRO

Plaza de la Constitución
(frente puerta iglesia Santiago el Burgo).

RESERVAS

IMPRESINDIBLE REALIZAR RESERVA.
Por email: visitasnocturnaszamora@gmail.com
o whatsapp: 616 045 466 / 625 623 352

CALENDARIO DE SALIDAS 2021

MARZO	20:00h. 6 / 12 / 20 / 26	ABRIL	20:00h. 3 / 9 / 17 / 23
MAYO	20:00h. 1 / 7 / 15 / 21 / 29	JUNIO	21:00h. 4 / 12 / 18
JULIO	22:00h. 3 / 9 / 17 / 23 / 31	AGOSTO	21:00h. 3 / 6 / 11 / 14 / 17 / 20 / 25 / 28 / 31
SEPTIEMBRE	21:00h. 3 / 8 / 11 / 17 / 25	OCTUBRE	20:00h. 1 / 9 / 11 / 15 / 23 / 29 / 31
NOVIEMBRE	19:00h. 6 / 12 / 20 / 26	DICIEMBRE	19:00h. 5 / 7

RECORRIDO* Iniciamos la visita en la Plaza de la Constitución (junto a la iglesia de Santiago el Burgo).



FOLLETO RUTA



Oferta Especial Visitas privadas

Zamora solo para ti

Un guía exclusivamente para ti durante dos horas

¡No llegas a la visita que tenemos programada a las 11h00! ¡No pasa nada! Te damos la posibilidad de acompañarte por los lugares más emblemáticos del casco histórico de la ciudad de Zamora con nuestro itinerario Zamora Románica: Plaza de Viriato, Iglesia de la Magdalena, Iglesia de San Ildefonso, Mirador del Troncoso, exterior e interior de la Catedral y Museo Catedralicio, Jardines del Castillo y Portillo de la Lealtad (antiguo Portillo de la Traición).

Tú eliges dónde y a qué hora quieres hacer la visita

Podemos empezar desde el lugar del casco histórico que te venga mejor y a la hora que tú quieras.

Precio de la visita guiada

- 1 Persona: 50 Euros**
- 2 Personas: 50 Euros**
- 3 Personas: 60 Euros**
- 4 Personas: 70 Euros**
- 5 Personas: 80 Euros**

Iva incluido

Los tickets de entrada a los monumentos de pago
NO ESTÁN INCLUIDOS.

PERIODO DE VALIDEZ DE LA OFERTA

Durante todo el mes de Marzo 2021

Reservas

En cumplimiento de las medidas para minimizar los riesgos de contagio por el COVID-19, **ES OBLIGATORIO REALIZAR LA RESERVA PREVIA A TRAVÉS DE NUESTRA PÁGINA WEB www.asociacionguiaszamora.com O POR CORREO ELECTRÓNICO** en la dirección: guiaszamora@gmail.com

Una vez recibida la reserva, se enviará una confirmación por escrito y el protocolo de actuación durante la visita.

Reservas sujetas a disponibilidad

Visitas realizadas por guías acreditados por la Junta de Castilla y León y miembros de la Asociación Zamorana de Guías de Turismo

Las visitas pueden sufrir modificaciones, ajustes o cancelaciones por causas ajenas a nuestra voluntad o fuerza mayor.



ASOCIACIÓN ZAMORANA
DE GUÍAS DE TURISMO

Tel. 686 639 551
guiaszamora@gmail.com
www.asociacionguiaszamora.com



Románico de Romancero



RECORRIDO:

Puerta del Obispo, Aceñas, Iglesia de San Claudio de Olivares, Iglesia de Santiago de los Caballeros, Ribera Del río Duero, Murallas, Portillo de la Lealtad y Jardines del Castillo.



Precio por persona:

General 10 € (Iva incluido)

Menores entre 5 y 12 años 50% de descuento (Iva Incluido)

Menores de 4 años GRATIS acompañados de un adulto.

@gmail.com Punto de encuentro:

Puerta del Obispo de la Catedral de Zamora

Hora de comienzo:

17h00 Mayo, Junio, Septiembre y Octubre

18h00 Julio y Agosto

Reserva:

Obligatoria a través de nuestras web o correo electrónico romanicoderomancero@gmail.com

FECHAS:

MAYO: 7 • 8 • 14 • 21 • 22 • 28 • 29

JUNIO: 4 • 5 • 11 • 12 • 18 • 19

JULIO: 2 • 3 • 9 • 10 • 16 • 17 • 20 • 21 • 22 • 23
24 • 26 • 27 • 28 • 29 • 30 • 31

AGOSTO: 3 • 4 • 5 • 6 • 7 • 10 • 11 • 12 • 13 • 14 • 16
17 • 18 • 19 • 20 • 21 • 23 • 24 • 25 • 26
27 • 28 • 31

SEPTIEMBRE: 1 • 2 • 3 • 4 • 7 • 10 • 11 • 17 • 18 • 24 • 25

OCTUBRE: 1 • 2 • 8 • 9 • 15 • 16

Cumplimos todos los protocolos

COVID-19

Duración aproximada 1h30 a 2 horas.

Las visitas son realizadas por Guías de Turismo debidamente habilitados por la Junta de Castilla y León.

Las visitas pueden sufrir modificaciones o cancelaciones por causa de fuerza mayor.



Arte Duero
Turismo en Castilla y León

**recorriendo Castilla y León
visitas guiadas**

INFORMACIÓN Y RESERVAS

625 258 062 / 639 248 223 / 697 581 546 / 609 882 340


romanicoderomancero@gmail.com

www.visitazamora.es / www.visitasguiadaszamora.com

Visitas organizadas por ArteDuero SL. (CIF: B49261696) y Rocío Luis Corcero (DNI 11.974.311 M)

CICLOTURISMO EN ZAMORA

46 RUTAS BTT | Rutas temáticas presentando el patrimonio natural, artístico, etnográfico y gastronómico de la provincia.


1.700 km TRACKS GPS | 675 km Homologados | **Todos los niveles** | 153 localidades
1600 fotografías | 700 vínculos | 4 idiomas 




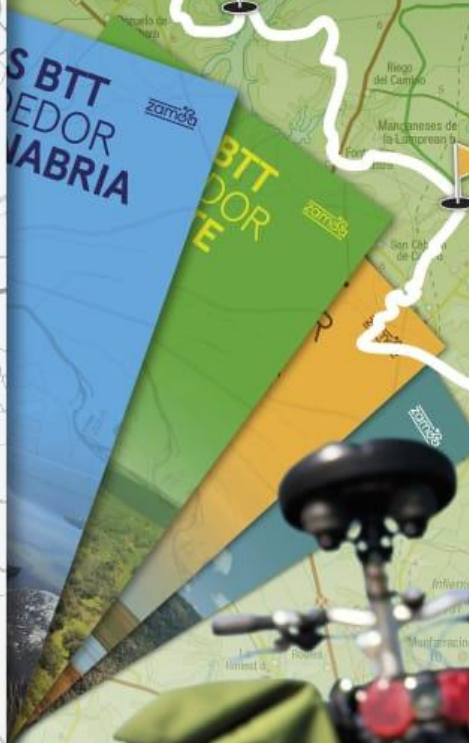
RUTAS BTT ALREDEDOR DE ZAMORA 



DESCUBRE EL ALFOZ DE ZAMORA A TRAVÉS DE 9 SENDAS CICLABLES SELECCIONADAS

RUTAS BTT ALREDEDOR DE TABARRIA 


RUTAS BTT ALREDEDOR DE LA LAMPREANA 



wikiloc

 **DIPUTACIÓN DE ZAMORA**
TURISMO EN ZAMORA

 **DIPUTACIÓN DE ZAMORA**
TURISMO EN ZAMORA

 **AYUNTAMIENTO DE ZAMORA**



RUTA DEL MODERNISMO, ECLECTICISMO Y MÁS

Hora Comienzo: **12:00 (Duración 2 horas aprox.)**

FECHAS:

Enero, febrero, marzo, abril, mayo, junio,
octubre, noviembre y diciembre: **sábados**

Julio, agosto y septiembre: **lunes y sábados**

Recorrido: Plaza de la Marina, Calle Santa Clara, Plaza de la Constitución,
Plaza del Mercado, Plaza del Maestro Haedo, Plaza de Zorrilla, Plaza de
Sagasta, Plaza del Fresco Plaza Mayor y Calle Balborraz.



RESERVAS E INFORMACIÓN EN:

616 045 466 / 625 623 352

rutasguiadaszamora@gmail.com



PUNTO DE ENCUENTRO:
OFICINA TURISMO JUNTA CYL - AV. PRINCIPE DE ASTURIAS N°1

REALIZADO POR GUÍAS HABILITADOS POR LA JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN
CUMPLIMOS CON TODAS LAS NORMAS HIGIENICAS VIGENTES

ORGANIZAN:



RUTA "REGRESO AL PASADO"



10€ ADULTO

5€ NIÑOS DE 5-12

MENORES DE 4 GRATIS

Entradas no incluidas en precio

FECHAS Y HORAS:

ENERO, FEBRERO, MARZO, ABRIL, MAYO, JUNIO, OCTUBRE,
NOVIEMBRE Y DICIEMBRE: **SÁBADOS 16:30**

JULIO Y AGOSTO: **LUNES, JUEVES Y SÁBADOS 18:00**

SEPTIEMBRE: **LUNES, JUEVES Y SÁBADOS 16:30**

Duración: 2 horas aprox.

RECORRIDO: Plaza Mayor, Calle de Balborraz, Judería Vieja, Iglesia Santo Tomás (Museo Diocesano), Iglesia de la Horta, Plaza de Santa Lucía, puente de Piedra, Paseo Del Río, Aceñas de Olivares e Iglesia de San Claudio de Olivares



PUNTO DE ENCUENTRO: PLAZA MAYOR - JUNTO ESTATUA "MERLÚ"

información y reservas

-TELF. Y WHATSAPP: 616 045 466 / 625 623 352

rutasguiadaszamora@gmail.com

Organizan:



Cumplimos con todas las medidas de seguridad e higiene vigentes.
Visitas realizadas por Guías habilitados por la Junta de Castilla y León



10€

Niños de 5 a 12 años **50%**
dto. -Menores de 5 años
gratis

**VISITA GUIADA: ARTE URBANO
TODOS LOS MARTES DE:
JULIO-AGOSTO Y SEPTIEMBRE**

¡Zamora Variopinta!

PUNTO ENCUENTRO:

OFICINA MUNICIPAL DE TURISMO - MIRADOR TRONCOSO

HORA 18:00 - DURACIÓN: 2H.

Ruta A: 6 y 20 de julio - 3, 17 y 31 de agosto - 14 y 28 de septiembre

Casco histórico + Barrio de la Lana

Ruta B: 13 de julio - 10 de agosto - 7 de septiembre

Casco histórico + San Lázaro y San José Obrero

Ruta C: 27 de julio - 24 de agosto - 21 de septiembre

Casco histórico + Barrio de La Horta

Imprescindible reservar:

616 045 466 - 625 623 352

rutasguiadaszamora@gmail.com



Organizan:



**Guías habilitados por la Junta de CyL
Cumplimos todos los protocolos sanitarios.**

ARTE-FACTOS DE UN ALQUIMISTA

JAVIER VILA TEJERO



2 julio > 7 noviembre 2021

MUSEO ETNOGRÁFICO DE CASTILLA Y LEÓN

Planta -1. C/ Sacramento s/n. 49004 Zamora

Martes-Sábado > 10:00-14:00 h/17:00-20:00 h. Domingo > 10:00-14:00 h.

CINE JOVEN

2 0 2 1

ABRIL 16 y 17	MAYO 21 y 22	JUNIO 18 y 19	JULIO 16 y 17	AGOSTO 20 y 21	SEPTIEMBRE 17 y 18	OCTUBRE 15 y 16	NOVIEMBRE 19 y 20	DICIEMBRE 17 y 18
------------------	-----------------	------------------	------------------	-------------------	-----------------------	--------------------	----------------------	----------------------



¿Qué tengo que hacer?

- La recogida de la **entrada** se realizará en taquilla el **mismo día** de la sesión previa presentación de la **Tarjeta Joven del Ayuntamiento** (el descuento no se aplicará si no se presenta la Tarjeta Joven).
- **El Horario** es orientativo, estará sujeto al estado de alerta por Covid19.

ORGANIZAN:



ENCUÉNTRANOS:



Y VICEVERSA

Los de Sabina!!!



ZAMORA
16 de Octubre

Sala BY ALICE - 21.00h
Anticipada: 20€ - Taquilla: 25€

Venta de entradas
www.globalentradas.com

Apert. Puertas: 20.15 h



IX

FESTIVAL NACIONAL DE FOLKLORE "DOÑA URRACA"



MIGUEL TURRA - CIUDAD REAL

ASOC. COROS Y DANZAS "NAZARIN"

PALMA DE MALLORCA

AGRUPACIÓN FOLKLORICA "AIRES D' ANDRATX"

ZAMORA

GRUPO DE COROS Y DANZAS "DOÑA URRACA"

SÁBADO 2 OCTUBRE
2021 19:00
TEATRO RAMOS CARRIÓN

Gran Exposición Playmobil

4€ precio único
Exposición Benéfica
Contra el Cáncer Infantil

del 14 al 17 de Octubre

Más de 12.000 Playmobils
y además...
Juego Interactivo
Trenes Eléctricos
Otros juguetes clásicos



Horario:
de 11:00 a 14:00 y d 17:00 a 20:00

Hotel Horus Zamora

Organiza:



Colabora:

Sercotel
Horus Zamora
Deluxe Collection Hotel

A beneficio de:



Asociación Solidaria contra el Cáncer Infantil

© PLAYMOBIL/ Geobra Brandstätter Stiftung & Co. KG
Esta exposición no está organizada por © PLAYMOBIL/ Geobra Brandstätter Stiftung & Co. KG

EN MARCHA ZAMORA

para frenar el sufrimiento
para frenar las lágrimas
por un futuro sin cáncer
para frenar el cansancio

XIII CARRERA POPULAR DÍA DEL CÁNCER DE MAMA

17 OCTUBRE 2021 CIUDAD DEPORTIVA

SALIDA: 9.30H BICIS Y PATINES - 11.30H CORREDORES Y ANDARINES

INCRIPCIONES: Sedes AECC Zamora, Benavente y Toro, de lunes a viernes de 10 a 14h. Caseta Municipal Santa Clara, de lunes a viernes de 11.30 a 14h. Día 17 de octubre en las instalaciones de la Ciudad Deportiva de 10 a 11h.

Donativo íntegro para la Asociación Española Contra el Cáncer. Fila 0 N° de cuenta: 3085 0055 73 1402817116.



Asociación Española
Contra el Cáncer





A lo vivo

Fotografías sobre la vida en el Mercado de Abastos

Todo el año

De lunes a sábado desde las 09.00 hasta las 14.00 horas

FERIA DE LA CERVEZA



Los días 14,15,16 y 17
de octubre

Plaza de la Marina - Zamora

SEGUNDA LEGUA ECOcultura

ecocarrera²

DIPUTACIÓN DE ZAMORA



DOMINGO

10
2021

OCTUBRE

11:00h.

IFEZA

IFEZA
Institución Ferial de Zamora

FUNDACIÓN
CAJA RURAL
ZAMORA



5,2 Km.
(Legua)



300 participantes
(Inscripciones limitadas)



5€



Camiseta conmemorativa
Sorteo de productos



smartchip.es

Harry Potter

THE MAGIC SHOW



Llega a ZAMORA 'The Magic Show', el NUEVO ESPECTÁCULO tributo a HARRY POTTER.

Un show ASOMBROSO y TREPIDANTE para que pequeños y grandes puedan disfrutar del mago más conocido del planeta.

SÁBADO 20 de NOVIEMBRE (17:00 y 19:30 horas)

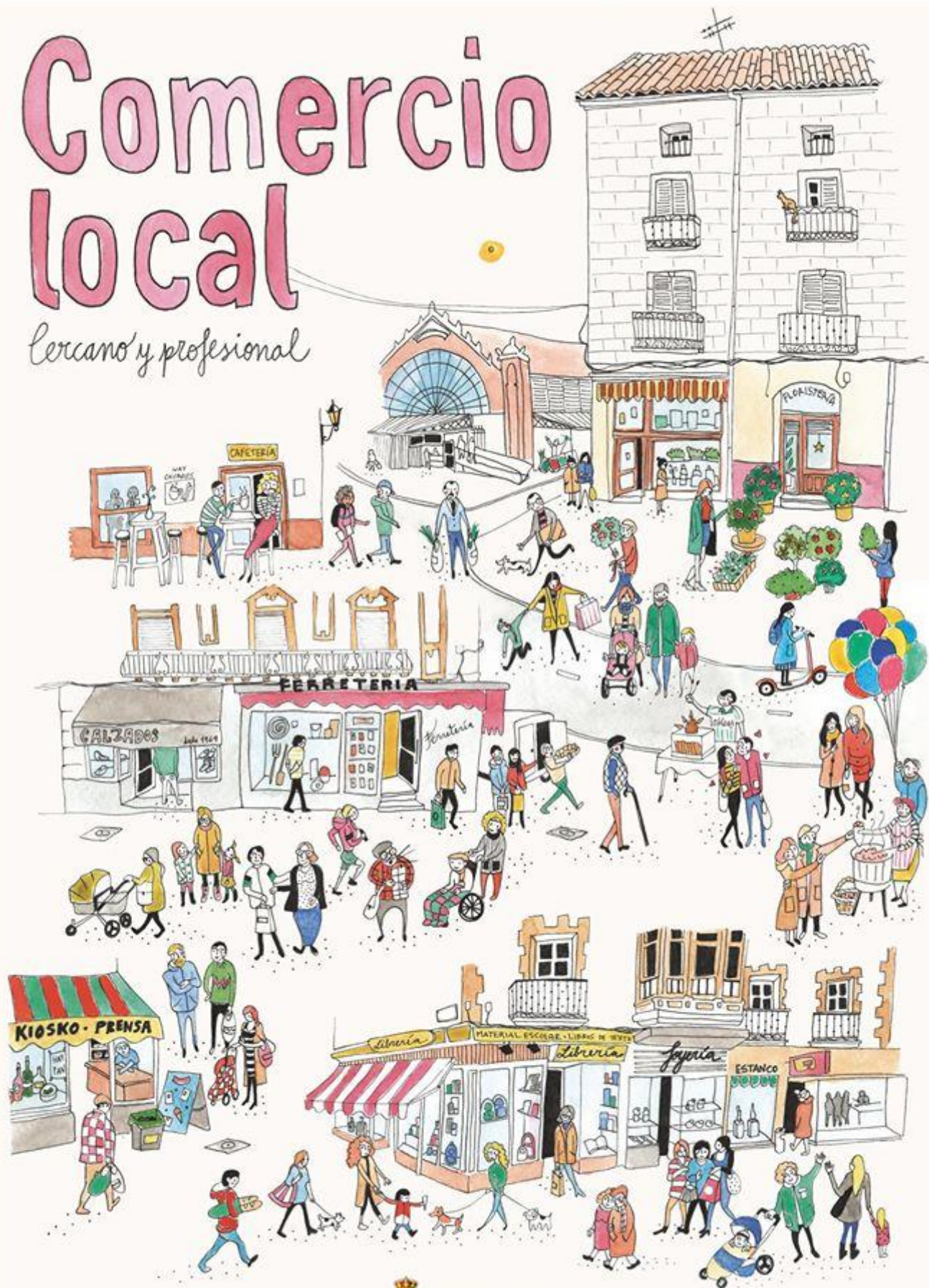
Auditorio FUNDOS La Marina de ZAMORA

Compra TUS ENTRADAS en GIGLON.com y COLECTIVIA.com

INFO y RESERVAS: 605 556 327

Comercio local

Cercano y profesional





La Cueva
del Jazz
en vivo

PRESENTA:

WILLIAM

PLAYS & TALES

LAS HISTORIAS TRAS LOS CLASICOS DEL BLUES Y EL ROCK

SABADO

2

OCTUBRE

13:00H

LA CUEVA DEL JAZZ EN VIVO

C. DE PUERTA NUEVA, 30, 49002 ZAMORA

TICKETS ANTICIPADA: 6€

TAQUILLA: 8€

Benavente

El Ayuntamiento de Benavente informa a sus ciudadanos de la puesta de nuevo en funcionamiento del servicio de autobús urbano desde el próximo lunes 14 de septiembre en su horario habitual. El Ayuntamiento es consciente de que la vuelta a la normalidad debe ser un proceso que se realice con todas las garantías sanitarias e higiénicas posibles y para ello ha instalado una mampara de seguridad que protegerá al conductor y el aforo se verá reducido únicamente a los asientos disponibles del vehículo.

Dentro del protocolo de uso de este servicio, los usuarios deberán hacer uso obligatorio de la mascarilla y desinfectarse previamente las manos con gel hidroalcohólico. Posteriormente, tras la finalización de la ruta, el vehículo será debidamente desinfectado lo que podría conllevar cierto retraso en la realización de los trayectos. Desde el Ayuntamiento de Benavente se busca ofrecer un servicio vital para las personas mayores de la ciudad que ofrezca todas las garantías.

Además, con la llegada próximamente de meses de temperaturas menos agradables y fenómenos meteorológicos más adversos, este servicio se hace especialmente necesario para facilitar el traslado de esa población que tienen menos recursos o mayores dificultades para hacerlo. Desde el lunes 14 de septiembre y en horario habitual, el autobús urbano de Benavente vuelve a estar operativo.

[Plano del recorrido.](#)



BenActiva

EL

comercio

ven a

Benavente



ruta de BENAVENTE Y LOS VALLES

Oficina de Turismo en esta comarca
- Benavente. Plaza Mayor, s/n. Tel. 980 63 42 11

POBLACIÓN	MONUMENTOS	HORARIO	PRECIO	Nº TELEFONO /MAIL
BENAVENTE:	<ul style="list-style-type: none"> - IGLESIA DE SANTA MARIA DE AZOGUE (Misas: Lunes a viernes: 12:00h Domingos y festivos: 10:30, 19h (invierno) y 20:00(verano) - IGLESIA DE SAN JUAN DEL MERCADO. (Misas: Lunes a sábado: 19h (invierno) 20:00h (verano). Domingos y festivos: 11:30, 13:00. Párroco de S. Juan (César): 980 63 00 80 	<p>Del 26 marzo al 5 abril y de junio al septiembre: Martes a sábados: 10-14/17-20h. Domingos: 10-14h</p> <p>Del 6 de abril al 31 de mayo: Viernes y sábados: 10-13/17-19h. Domingos: 10,00h a 13,00h</p> <p>De octubre al 12 diciembre: Viernes y sábados: 10-13/17-19h. Domingos: 10,00h a 13,00h</p> <p>(Abren los días 29 marzo, 5 abril, 16 agosto y a cambio cierran 2 y 9 junio, 18 agosto).</p>	GRATIS	<p>Oficina de Turismo de Benavente: 980 63 42 11 (De lunes a sábado: De 10 a 14 y de 16.30 a 19.30h. Domingos y Festivos: 10.30 a 14h Noviembre, febrero y marzo: se cierra la OT a las 19h. Diciembre y enero: de lunes a sábado de 09.30-14h y domingos: 10-14h</p>
BENAVENTE	<p>MUSEO DE LA SEMANA SANTA Se inauguró el 9 marzo 2012</p>	<p>CERRADO. Llamar para concertar visitas.</p> <p>(Cuando abran se revisará el precio de las entradas)</p>	<p>General: 1,50€ Jubilados, estudiantes y grupos de más de 20 pax: 1€.</p>	<p>Ermita de la Soledad (Benavente). C/ de la Soledad. Paulino Galván: 619 34 64 69 (Presidente de la Junta Pro Semana Santa)</p>
BENAVENTE:	<p>CENTRO DE INTERPRETACION DE LOS RÍOS</p>	<p>Grupos: visitas solo con cita previa. Contactar en: pcastrillo@benavente.es</p>	<p>GRATIS</p> <p>Visitas guiadas Grupos previa reserva: Contacto: pcastrillo@benavente.es Tel. 980 630 445 (extensión 405). (Pedro medioambiente)</p>	<p>Parque Entrecaños, al lado de las piscinas. Itin: el centro no tiene.</p>

BENAVENTE:	<p>CENTRO CULTURAL SOLEDAD GONZÁLEZ "Casa Solita"</p> <p>Paseo de la Mota</p> <p>Durante el estado de alarma abre sólo para préstamo de libros, resto de las salas cerradas.</p>	<p>HORARIO BIBLIOTECA:</p> <p>Lunes a Viernes: 9:30 a 14:00 / 17 a 21h. Sábados: 9:30 a 14:00</p> <p>Julio y Agosto: De Lunes a Sábado: de 9:00 a 14:00/ tardes: cerrada</p> <p>*consultar con el personal de la biblioteca el acceso a la misma</p> <p>SÓLO PRESTAMO DE LIBROS</p> <p>No se puede visitar x COVID-19</p>	GRATIS	<p>Edificio Modernista Tiene 3 plantas: 1ª planta: biblioteca 2ª planta: sala expos.</p> <p>980 63 25 68</p>
BENAVENTE:	<p>HOSPITAL DE LA PIEDAD Patio y Capilla</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Visitas a la capilla previa solicitud al establecimiento (asiló). Se puede visitar el claustro de 9:00 a 20:00 h. - Horarios capilla: 10.30-13h. y 17:00-19.30h. (Siempre concertar visita con antelación). <p>CERRADO DESDE MEDIADOS DE ENERO 2020 HASTA NUEVA ORDEN POR REFORMA. VA PARA LARGO</p>	GRATIS	<p>980 630 288 980 634 503</p>
BENAVENTE:	<p>TORREÓN DEL CARACOL-PARADOR</p>	<p>Visitas si la dirección del establecimiento lo cree oportuno.</p>	GRATIS	<p>980 630 300</p>
CAMARZANA DE TERA	<p>LA VILLA ROMANA DE ORPHEUS</p> <p>Calle Carretera, 30A, 49332 Camarzana de Tera</p>	<p>Del 15 de junio al 28 noviembre: Martes a Viernes: 12h a 14h Sábados y Domingos: 11h a 14h y 17h a 19h. Lunes cerrado, en caso de ser festivo pasa al martes.</p> <p>Resto del Año: previa Cita llamando al Ayuntamiento con un día de antelación al teléfono 980 649006 y se concretará la hora de visita, siempre dentro de los horarios fijados.</p>	1€	<p>980 64 90 06</p> <p>aytocamarzana@camarzanadetera.es</p>

RUTA POR LOS VALLES ARQUEOLÓGICOS DE BENAVENTE

MANGANESES DE LA POLVOROSA:	AULA ARQUEOLÓGICA "LA CORONA-EL PESADERO" C/ María Bravo s/n	Aula de Manganeses: comparte espacio con la Biblioteca Municipal. Resto del año: De martes a viernes de 17-19h. Sábados y domingos: 11.00-13h. De julio a septiembre (según calendario escolar): De martes a viernes de 11-13h Sábados y domingos:11-13h Festivos cerrados	GRATIS	Ayuntamiento: 980 642 382
MORALES DEL REY	AULA DE ARQUEOLOGIA DEL NEOLÍTICO Y EL MEGALITISMO SE ABRE BAJO PETICIÓN	Se abre solo previa petición telefónica en el teléfono 609 261 146 avisando con 2 días de antelación, si no, están cerradas. De pago. Grupos organizados consultar horarios a la demanda	- Precio individual adultos: 2 € - Niños menores de 12 años y jubilados: 1.50 € Los grupos podrán concertar durante todo el año visitas y horarios.	Servicio S.XXI: Tlf: 609 261 146 // 987 223 102 Los Grupos podrán concertar durante todo el año visitas y horarios (avisar con un día de antelación).
ROSINOS DE VIDRIALES	CAMPAMENTO ROMANO DE PETAVONIUM	De octubre a marzo: de miércoles a domingos: de 11 a 17:30 horas. De abril a septiembre: de miércoles a domingos: de 10 a 14 horas y de 16 a 20:00 horas. Descanso semanal: lunes y martes, incluidos los que son festivos.	GRATIS	Teléfono de contacto: 682 487 235.(Francisco)
SANTIBANEZ DE VIDRIALES:	CENTRO INTERPRETACIÓN CAMPAMENTO ROMANO	Pandemia COVID: visitas programadas cualquier día de la semana. Avisar con un día de antelación <u>Resto horario y grupos concertar (También explican en mismos horarios el Campamento de Petavonium)</u>	- Precio individual adultos: 2 € - Niños menores de 12 años y jubilados: 1.50 € - Entrada 3,40€ para ver Santibáñez y Rosinos. (incluye museo romano)	Servicio S.XXI: Tlf: 609 261 146 Tlf: 987 223 102 Los Grupos podrán concertar durante todo el año visitas y horarios. Servicio S.XXI: Calle

IGLESIAS x LOS PUEBLOS	<i>STA. COLOMBA DE LAS CARABIAS</i> Retablo barroco y armadura morisca - <i>FUENTE ENCALADA:</i> atrio renacentista, armadura morisca - <i>ROSINOS DE VIDRIALES:</i> atrio renacentista, 3 retablos barrocos	Pedir la llave al Párroco	GRATIS	
GRIJALBA DE VIDRIALES	IGLESIA VIRGEN DE LA ASUNCIÓN (Declarada monumento nacional. Portada gótica, armadura y retablo)	Del 6-30 junio y mes de septiembre: Sábados y domingos 10.30-14/16.30-19h Julio y agosto: De martes a domingos 10.30-14/16.30-19h	GRATIS	
MILLES DE LA POLVOROSA	EXPOSICIÓN DE ADELINA CORDERO (Iconos bizantinos, arte sacro, acuarelas, belenes...hecho por ella y museo etnográfico)	Todo el año: Todos los días: 12-14/17-20h. (Recomendable llamar siempre antes de ir)	GRATIS	C/ La Viña, 4. Teléfono: 649 572535 Adelina Cordero
POBLADURA DEL VALLE MUSEO NAVAL "GRAND CENTRAL"	MUSEO NAVAL "GRAND CENTRAL"	HORARIO: Se puede visitar llamando con antelación. Siempre cita previa. Jose Luis Blanco García (director)	Entrada: Gratis (Dar la voluntad) Exposición de 84 buques a escala, dos de ellos en construcción.	Tfn: 980 054 051 675 076 011 Antigua Carr. Madrid-Coruña. Pobladura del Valle.
SANTA MARTA DE TERA:	IGLESIA DE SANTA MARTA	12 febrero-30 noviembre: De miércoles a domingo: 9-13:30/ 17-20h Martes: 17-20h	Donativo: 1€ Se realizan visitas guiadas (se puede adaptar a las necesidades)	Señora que tiene la llave: Celestina Verdes Panizo: 626 752622
SANTA MARTA DE TERA	MUSEO DEL CAMINO (Palacio de los Obispos de Astorga)	12 febrero-30 noviembre: De miércoles a domingo: 9-13:30/ 17-20h Martes: 17-20h	Con el donativo de la entrada a la iglesia de Santa Marta de 1€ se podrá visitar también la exposición permanente del Museo del Camino.	Junto a la Iglesia de Santa Marta. Celestina Verdes Panizo: 626 752622

			Los grupos podrán concertar durante todo el año visitas y horarios.	Cabrera Nº 6 8º B 24010 León. servicio@yahoo.es
SANTIBANEZ DE VIDRIALES:	MUSEO ROMANO (En la planta baja del edificio del Ayuntamiento de Santibáñez de Vidriales)	Apertura a la demanda, previa visita concertada con el tfn: 609 261 146 (Servicio). Las personas que visitan el Centro del Campamento romano, visitan también el museo romano.	Entradas: consultar	Ayuntamiento: 980 64 81 86 Fines de semana: Servicio S.XXI: 609 261 146/ 987 223 102




Javier Encinas
TAXI

tel. 645 51 52 51
Toro



Déjate llevar

por Zamora

RUTAS GUARDADAS GRATUITAS

visitas urbanas
2021



TURISMO
ZAMORA

ZAMORA



www.turismozamora.es

Benavente

FECHAS | 10, 24 julio | 7, 14, 28 agosto | 25 septiembre | 10, 31 octubre

PUNTO DE PARTIDA | 11:30 h Oficina de turismo, Plaza Mayor s/n. Tfno.: 980 63 42 71 | turismo@benavente.es

RECORRIDO VISITA (2h) | Plaza Mayor, iglesia San Juan del Mercado, Hospital de la Piedad, c/ La Rúa, iglesia de Santa María del Azogue, Torre del Caracol (paseo de turismo) y Casa Solita.

Fermoselle

FECHAS | 10, 24 julio | 7 agosto | 4 septiembre

PUNTO DE PARTIDA PARA VISITA MONUMENTAL | 10:30 h. Oficina de Turismo, Plaza Mayor. Tfno.: 980 61 35 35 | oficinaturismo@fermoselle.es

RUTA MONUMENTAL | RECORRIDO DE LA VISITA (2,30h) | Plaza Mayor, Castillo de D^a Urraca (entrada: 1€ por persona), iglesia de Nuestra Señora de la Asunción, Bodega Peña el Puñón, Arco, Bodega Pastrana, Mirador del Torrejón, c/ Mesón, c/ Palomeras, Plaza Francisco Galiano, Casa del Parque (entrada: 1€ adultos, 0,50€ menores de 65 años, niños gratis).

Puebla de Sanabria

FECHAS | 5, 12, 19, 26 junio | 18, 25 septiembre | 2, 16, 23, 30 octubre

HORA DE INICIO | 11:00 h

PUNTO DE PARTIDA | Oficina de Turismo (entrada del Castillo). Tfno.: 980 62 07 34 | ofturismo@pueblasanabria.com

RECORRIDO DE LA VISITA | Muro del Marquillo (Castro), iglesia de Nuestra Señora del Azogue y ermita de San Cayetano (Plaza Mayor) y Museo de Gigantes y Cabezudos (calle San Fernando).

Toro

FECHAS | 12 junio | 25 julio | 11, 28 agosto | 7, 11 septiembre | 11, 31 octubre | 6 noviembre | 7 diciembre

PUNTO DE PARTIDA | 10:00 h Oficina de turismo (Alcázar, Plaza de San Agustín) | Tfno.: 980 60 37 32 | turismo@toroayto.es

RECORRIDO DE LA VISITA (2,30h) | Alcázar, La Colegiata; una iglesia mudéjar (diferente en cada visita), San Sebastián de los Caballeros y la plaza de toros.

Villardecievros

FECHAS | 4 julio | 11 septiembre

PUNTO DE PARTIDA | 10:30 h Oficina de turismo de Villardecievros | Tfno.: 980 03 27 00 | turismovillardecievros@gmail.com

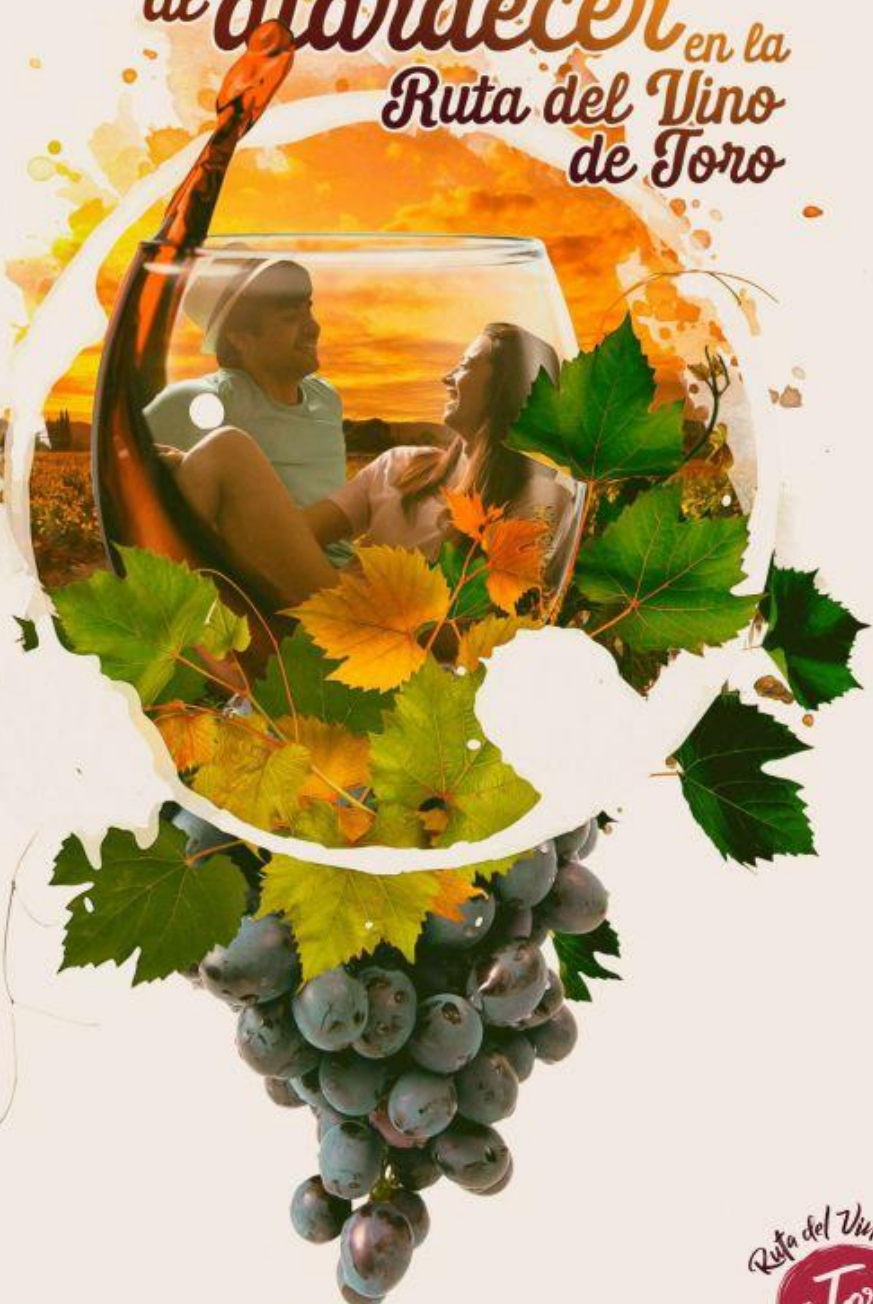
RECORRIDO DE LA VISITA (2/2,30h) | Paseo por Villardecievros e interpretación de su arquitectura.



Es OBLIGATORIA la reserva previa de la visita en los números de teléfonos o mails indicados en cada municipio. Número limitado de asistentes según las medidas seguridad vigentes en cada momento.

Toro

Enoturismo al atardecer en la Ruta del Vino de Toro



TORO

Oficina de Turismo en esta comarca
- Toro. Alcázar de Toro. Pza San Agustín s/n. Tel: 980 69 47 47. Lunes Cerrada

POBLACIÓN	MONUMENTOS	HORARIO	PRECIO	Nº TELEFONO /MAIL
MORALES DE TORO	MUSEO DEL VINO Bodega Pagos del Rey Avd. de los Comuneros, 90	Octubre-junio: De martes a sábado: 10:00h a 18:00h. Domingos: 10:30h a 15h. Lunes Cerrado Julio- septiembre: De martes a sábado: 10:30h a 18:30h. Domingos: 10:30h a 15h. Lunes Cerrado (NOTA: recomendamos a todos los visitantes acudir al menos 1 hora y 30 minutos antes del cierre de las instalaciones)	- Visita libre: guiada 8€/6€ reducida. Sin guía 5€/4€ reducida. Reducciones: desempleados, jubilados, estudiantes y discapacitados. Gratuidades: menores de 12 años, chófer y guía acompañante de grupo. Una vez finalizada la visita, todos los visitantes tienen incluida la degustación de 1 copa de vino o mosto, acompañada por una tapa de queso zamorano en la terraza totalmente renovada.	980 696 763 museodelvino@pagosdelrey.com www.pagosdelreymuseodevino.com Concertar las visitas en la web de Pagos del Rey o en el número de teléfono 980 696 763.
SANZOLES	MUSEO DEL ZANGARRÓN C/ Calzada N 2	Todo el año Jueves, viernes, sábado: 17:30-20.30 Domingos: 11-14/17.30-20.30h Fuera de este horario se puede visitar con CITA PREVIA	Gratis	637 174 535 649 886 096 638 344 504 elzangarrondesanzoles@hotmail.com
TORO	COLEGIATA STA. MARÍA LA MAYOR (Misas: lunes y miércoles a las 12h y domingos a las 13 y 19h)	Del 28 de marzo al 30 de octubre: 10.30-14/17-19.30h La Colegiata permanecerá abierta todos los lunes, excepto 26 de julio, 2 y 9 de	Entrada: 4€ con descarga código QR Entrada jubilados y grupos: 3€. Existe la posibilidad de adquirir	Oficina de turismo Toro: 980 69 47 47 Párroco (Jesús) 696 131 661

		agosto, hasta nuevo aviso. Del 31 oct al 27 de marzo: Martes a Domingo de 10h a 14h y de 16.30h a 18.30h. Lunes Cerrado (Abren los días 5 abril, 3 mayo, 16 agosto, 11 octubre, 6 diciembre y a cambio cierran 6 y 7 abril, 5 mayo, 18 agosto, 11 noviembre y 9 diciembre).	un bono de 5 euros para visitar las 5 iglesias (Colegiata, S. Salvador de los Caballeros, S. Sebastián, Sto. Sepulcro, S. Lorenzo, el Real). Éste se adquiere en cualquiera de las iglesias. Si se adquiere el bono no se hace descuento ni para grupos ni para jubilados.	
TORO	IGLESIA DE SAN SALVADOR DE LOS CABALLEROS IGLESIAS S.LORENZO EL REAL, S.SEBASTIÁN DE LOS CABALLEROS Y SANTO SEPULCRO	Del 28 de Marzo al 30 de Octubre: Martes a Domingo de 10.30h a 14h y de 17h a 19.30h. Lunes Cerrado Del 31 oct al 20 diciembre: Martes a Domingo de 10h a 14h y de 16.30h a 18.30h. Lunes Cerrado (Abren los días 5 abril, 3 mayo, 16 agosto, 11 octubre, 6 diciembre y a cambio cierran 6 y 7 abril, 5 mayo, 18 agosto, 11 noviembre y 9 diciembre).	Entrada: 2€ Existe la posibilidad de adquirir un bono de 5 euros para visitar las 5 iglesias (Colegiata, S. Salvador de los Caballeros, S. Sebastián, Sto. Sepulcro, S. Lorenzo, el Real). Éste se adquiere en cualquiera de las iglesias. Si se adquiere el bono no se hace descuento ni para grupos ni para jubilados.	Oficina de turismo Toro: 980 69 47 47
TORO	REAL MONASTERIO DE SANCTI SPIRITUS C/ Canto, 27	Del 3 abril al 8 diciembre: 10:30,11:30,12:30, 16:30, 17:30h	General: 4.50€ Grupos + de 10 pax: 3€ Grupos confirmar la visita. Tel. 980 691 947 / 722 239 533 (Ana). Niños hasta 16 años gratis. Los miércoles la entrada será gratis en la visita de las 17.30h	Tel: (Sor Lola). 650 441143. 980 69 03 04 722 239 533 (Ana) dominicastorodominicas689@hotmail.com
TORO	ALCAZAR DE TORO	SEDE DE LA OFICINA DE TURISMO De Martes a Domingo: 10h a 14h y de 16h a 18h. Lunes: Cerrado	Gratis	Oficina de turismo: 980 69 47 47

TORO	VISITAS GUIADAS A LA PLAZA DE TOROS (una de las más antiguas de España. 1828) Y UNA BODEGA HISTÓRICA	Es necesaria reserva previa en el teléfono 980694747 o al e-mail turismo@toroayto.es	Consultar visitas y precios en la oficina de turismo de Toro (Plaza Mayor). 3€. Dura 1hora y cuarto	Oficina de turismo: 980 69 47 47 turismo@toroayto.es
TORO	IGLESIA CONVENTO SANTA SOFIA C/ Arbás, 7 (hacen bordados) Misa de lunes a Sábado 08.15h. Misa Domingo y festivos: 10.00h. Para visitar la iglesia llamar al torno y te permiten entrar a verla.	Miércoles, domingos y festivos abierto 15.30-19.30h (Exposición del Santísimo) Rosario todos los días de las 15:30 hasta las 16:15. Vísperas a las 19:00 (pueden pedir participar las personas que lo deseen). Preguntar allí que suelen dejar pasar a verla un momento.	Gratis	980 690 324
TORO	IGLESIA CONVENTO DE SANTA CLARA	Cerrado	Gratis	Corral de Santa Clara, 1. Tel. 980 690 298
TORO	PARROQUIAS DE SANTO TOMAS, SAN JULIÁN DE LOS CABALLEROS Y SANTÍSIMA TRINIDAD	Misas Santísima Trinidad: Viernes a las 12h y domingos: 11h. (2021 cerrada por obras en el tejado) Misas Sto. Tomás: Martes: 12h y domingos. 13.00h. Visitas en horarios de culto. Misas S. Julián de los Caballeros: jueves 12h, sábado 17h y domingos 12h.	Gratis	
TORO	ERMITA DE LA VIRGEN DEL CANTO	Todos los días del año. Abierta de 10.30h al anochecer.	Gratis	
TORO	ERMITA DEL CRISTO DE LAS BATALLAS	Abre el primer sábado de mes para la misa: en invierno es a las 17.00h y en verano a las 18.30h. Se puede visitar a esas horas y un poco antes. (Los horarios de misa pueden tener cambios)	Gratis	

TORO	MUSEO DEL QUESO (Quesería Chillón)	<p>Visitas cada media hora: de lunes a sábados: 9:00, 9:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00h, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30h</p> <p>- Visitas audioguiadas con el propio móvil. - Concertar cita para controlar aforo.</p> <p>Visita guiada que finaliza con una amplia degustación de 8 tipos de quesos artesanos de leche cruda de oveja, embutido, lomo ibérico de bellota y vino reserva D.O. Toro.</p>	<p>Precio: 5€/pax.</p> <p>Gratis para sanitarios; cuerpos y fuerzas de seguridad; Cruz Roja; Cáritas; periodistas; agricultores; bomberos; protección civil; corporaciones municipales, funcionarios y personal de servicio de los ayuntamientos de toda la provincia.</p>	<p>980 690 950 - 651 400 707 637 079 717 - 655 555 253 Queserías Chillón Plaza S.L. - Carretera Tordesillas, Km. 11- Polígono Industrial - Parcela 1 - 49800 - Toro (Zamora) Emilio info@quesoschillon.com</p>
VILLALONSO	CASTILLO DE VILLALONSO	<p>Del 1 abril al 8 diciembre: Domingos: 12:00 – 14:30h. Cerrado: de lunes a Sábado. Excepto julio: domingos 12-20.30h.</p> <p>Cerrado del 16 agosto hasta el 11 septiembre)</p> <p>Grupos de más 15 pax visita concertada previa cita.</p>	<p>Adultos: 2,50€. Grupos desde 15 personas y menores 12 años: 1,50€ Gratis: Amigos del Patrimonio (Fundación Santa María La Real del Patrimonio Histórico).</p>	<p>686 474 915 castillodevillalonso@gmail.com</p>

Toro Esencial

Visitas Guiadas 2021

RECORRIDO

Plaza de San Agustín, Alcázar, Paseo del Espolón, exterior e interior de la Iglesia de Santa María la Mayor "La Colegiata", Plaza Mayor, Torre del Reloj, Palacio de los Condes de Requena e interior de la Plaza de Toros.

PUNTO DE ENCUENTRO Y HORA DE SALIDA

Plaza de San Agustín delante de la puerta del Alcázar

16h00 Febrero, Marzo, Abril, Octubre, Noviembre y Diciembre

17h00 Junio, Julio, Agosto y Septiembre

FECHAS

Febrero: 27

Mayo: 1, 8, 15, 22 y 29

Agosto: 7, 14, 21 y 28

Noviembre: 6 y 13

Marzo: 6, 13, 20 y 27

Junio: 5, 12, 19 y 26

Septiembre: 4, 11, 18 y 25

Diciembre: 4

Abril: 3, 10, 17 y 24

Julio: 3, 10, 17, 24 y 31

Octubre: 2, 16, 23 y 30

PRECIO:

Adultos 10 € por persona (tickets de entrada a la Colegiata y a la Plaza de Toros **NO INCLUIDOS**). Se incluye radioguía pero no auricular por razones higiénicas.

Menores de 4 a 12 años acompañados de 1 adulto. 50% de reducción sobre la tarifa de adulto. Se incluye radioguía pero no auricular por razones higiénicas. (tickets de entrada a la Colegiata y a la Plaza de Toros **NO INCLUIDOS**)

Menores 4 años gratis acompañados de 1 adulto. No incluye radioguía.

En el caso de no disponer de auriculares propios de clavija universal o que no sean compatibles con el sistema de radioguía podrán adquirir unos al inicio de la visita con un coste de **1 Euro por auricular**.

En cumplimiento de las medidas para minimizar los riesgos de contagio por el COVID-19, el número de participantes en la visita será restringido por lo que **ES OBLIGATORIO REALIZAR LA RESERVA PREVIA EN NUESTRA PÁGINA WEB www.asociacionguiaszamora.com** o a través de nuestro correo electrónico guiaszamora@gmail.com

Una vez recibida la reserva, se enviará una confirmación por escrito y el protocolo de actuación durante la visita.

Las visitas pueden sufrir modificaciones, ajustes o cancelaciones por causas ajenas a nuestra voluntad o fuerza mayor.

Visitas realizadas por guías acreditados por la Junta de Castilla y León y miembros de la Asociación Zamorana de Guías de Turismo

ASOCIACIÓN ZAMORANA
DE GUÍAS DE TURISMO

Tel. 686 639 551
guiaszamora@gmail.com
www.asociacionguiaszamora.com



Visita Guiada PASEARTE TORO

LA CIUDAD DE LAS LEYES...

10€

Niños: de 5 a 12 años 50% Dto
Menores de 4 años gratis
IVA incluido

FECHAS Y HORARIOS:

DOMINGOS TODO EL AÑO: 10:00 H

**JULIO, AGOSTO Y SEPTIEMBRE:
MIÉRCOLES Y DOMINGOS 10.00H**

- PUNTO ENCUENTRO: Plaza de San Agustín-Puerta del Alcázar
- DURACIÓN: 2 HORAS aprox.

RECORRIDO:

Plaza de San Agustín, Alcázar, Mirador del espolón, Colegiata (3€ ticket no incluido), Plaza Mayor, Torre del Reloj, Iglesia de San Lorenzo, Palacio Condes de Fuentesauco, Iglesia de San Julián, Calle y Palacio Rejadorada, Palacio Condes de Requena y Teatro Latorre.

*Opcional: al finalizar se podrá visitar la Plaza de toros (2€)

GRUPOS REDUCIDOS

INFORMACIÓN Y RESERVAS:

ORGANIZAN:

616 045 466 / 625 623 352

rutasguiadaszamora@gmail.com



Guías habilitados por la Junta de CyL
Cumplimos con todos los protocolos sanitarios



MARZO	ABRIL	JUNIO	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
6 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 AIRE Compañía: Theater Teatro Público adulto. 8€	10 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 LAS NANAS SEGÚN LORCA Compañía: Ultramarinos de Lucar Público adulto. 8€	5 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 EL NOTICIERO Compañía: Impro Valladolid Improvisación. TP. 8€	2 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 ASFALTO y filmes contigo más allá, giro 50 aniversario Concierto. T.P. 20€	6 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 VIDAS ENTERRADAS Compañía: L'Om Impresis; Teatro del Templo Micomisión Teatro y Teatro Corsario Público adulto. 8€	4 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 EL ALMA DESNUDA Compañía: OperaCancor con María Galano y Luis Santana Público familiar-adulto. 8€
11 JUEVES Teatro Latorre 20:00 ALEX CLAVERO Mi madre de Trending Topic Monólogo de humor. TP. 8€	18 DOMINGO Teatro Latorre 20:00 LA LEYENDA DE SALLY JONES Compañía: Baychomo teatro Público familiar-infantil. 3€	12 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 EFFECTO MATILDA Compañía: Teatro del Navegante Público adulto. 8€	10 DOMINGO Teatro Latorre 20:00 LUIS ANTONIO PEDRAZA PIERRO Concierto. T.P. 8€	13 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 MIGUEL DE LUCAS Hay un mago en ti Magia. TP. 8€	11 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 EL QUIJOTE Compañía: Teatro de Poivente Monólogo de humor. TP. 8€
14 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 JOVEN HAMLET Compañía: Cándido Producciones Público familiar-adulto. 3€	8 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 CÓMICOS DE LA HISTORIA Compañía: Lescomic Teatro Público familiar-adulto. 8€	13 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 TODOS SUS PATITOS Compañía: Baychomo Teatro Público infantil. 3€	17 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 EL LOBO Compañía: Cándido Producciones Público infantil. 3€	14 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 TÚ ME CUIDAS Compañía: Claro Jauler Público infantil. 3€	26 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 TITIRICUENTAME Compañía: Zolopostro Teatro Público infantil. 3€
21 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 ES DE LOPE Compañía: Mejor con Arte Público joven-adulto. 3€	14 VIERNES Teatro Latorre 20:00 EL SEVILLA La vida es rocamol Monólogo de humor. TP. 15€	27 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 CONCIERTO DE LOS AJOS EN HONOR A SAN PEDRO Banda de Música La Lira Todos los Públicos. 3€	30 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 PÍDEME PERDÓN Compañía: Peripallo Teatro Público adulto. 8€	19 VIERNES Teatro Latorre 20:00 CONCIERTO STA. CECILIA Banda la Lira + info: cartelera específica. TP.	28 MARTES Teatro Latorre 18:00 EUREKA Compañía: El Can del Unicorn Público infantil. 3€
26 VIERNES Teatro Latorre 20:15 SILÓE Concierto TP. 12€	30 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 NO ES EL FIN DEL HUERTO DE FERMÍN Compañía: Teatro Alúa Público infantil. 3€	5 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 LAS PIEDRAS CANTAN Organiza: Fundación Santa María la Real + info: cartelera específica. TP.	31 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 CUENTOS PERVERSOS Compañía: Baychomo Teatro Público familiar-adulto. 3€	20 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 CONCIERTO STA. CECILIA A Musical Amigos del Arte "La Rondalla" + info: cartelera específica. TP.	
27 SÁBADO Teatro Latorre 20:00 LA VIDA ES SUEÑO Compañía: Misericordia y Humano Público adulto. 8€				26 VIERNES Teatro Latorre 20:15 ROSARIO COHETE Concierto Todos los Públicos. 6€	
28 DOMINGO Teatro Latorre 18:00 BLANCANIVES Compañía: La Chasa Público infantil. 3€				27 SÁBADO Teatro Latorre 20:15 NYA DE LA RUBIA Concierto Todos los Públicos. 10€	

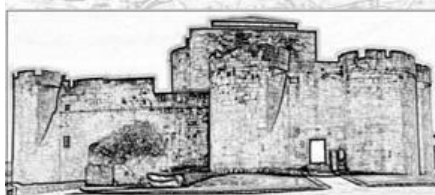
Fotografía "Espacio62"
Teléfono 678 033 337
Zamora.



fotografiaespacio62.blogspot.com

Comarcas

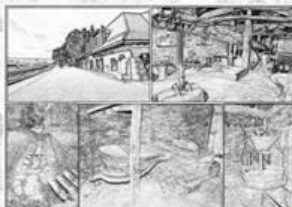
paisaje, etnografía, historia y cultura
Visitas en PUEBLA DE SANABRIA
los fines de semana... de manera más personal



CASTILLO
Visita Interpretada
por el Patio de Armas
Sábados y Domingos 12:30 h.
Duración 30 min.
Necesario entrada museos municipales



MUSEO
de **GIGANTES y CABEZUDOS**
Sábados y Domingos apertura
12:30 h -14:00 h
Necesario entrada museos municipales



RECORRIENDO...LABORES Y OFICIOS
Visita Interpretada *Gratuita*
Viernes, Sábados y Domingos 16 h.
Duración 1 h 30 min.
Punto de encuentro: ESTACIÓN de TREN



ERMITA de SAN CAYETANO
Visita Interpretada *Gratuita*
Sábados y Domingos 12:00 h.
Duración 20 min.



Ayuntamiento de Puebla de Sanabria

ZONAS NATURALES

ENTRADA CONJUNTA 6€



CASA DEL PARQUE MONTE GÁNDARA

Mañanas: 10-14 h.
Tardes: 16-20 h.

CASA DEL PARQUE SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA

Mañanas: 10-14 h.
Tardes: 16-20 h.



CENTRO DEL LOBO (Robledo de Sanabria)

Mañanas: 10-14 h.
Tardes: 16-20 h.

Tlf: 980 567 638 / 608 053 415



IGLESIA DE SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA

Jueves 29, Viernes 30 y Sábado 31 de Marzo

11-14 / 16:30-19:30 h.

Domingo 1 de Abril

11-14 h.



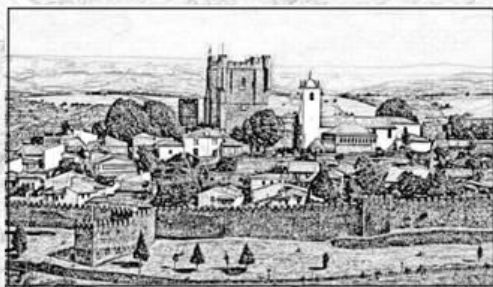
CATAMARÁN LAGO DE SANABRIA

Mañanas: salida a las 12 h.

Tardes: salida a las 17 h.

Tlf: 980 557 557

BRAGANÇA



CASTILLO-MUSEO MILITAR

10-13 / 15-18 h.

(lunes y festivos cerrado)

MUSEO DE LA MÁSCARA IBÉRICA

10-14 / 15-18 h.

(lunes y festivos cerrado)

MUSEO DEL ABAD DE BAÇAL

10:30-13:30 / 15-19 h.

(lunes y festivos cerrado).

CENTRO DE ARTE CONTEMPORÁNEO

GRAÇA MORAIS

11-19:30 h. (lunes cerrado)

CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE LA CULTURA SEFARDI

11-14 / 15-19 h.

(lunes y festivos cerrado)



INFORMACIÓN RECURSOS PROVINCIA DE ZAMORA. VERANO 2021


RUTA DE LA MONTAÑA (COMARCA DE SANABRIA Y LA CARBALLEDA)				
Oficinas de Turismo en esta comarca - Puebla de Sanabria. Ubicada dentro del Castillo. Tlf: 980 62 07 34 - El Puente de Sanabria. Plaza s/n. Tlf: 980 62 14 08				
POBLACIÓN	MONUMENTOS	HORARIO	PRECIO	Nº TELEFONO /MAIL
PUEBLA DE SANABRIA	CASTILLO + CENTRO DE VISITANTES + OFICINA DE TURISMO Muralla del Marquillo, s/n Puebla de Sanabria.	Del 1 de Julio al 7 septiembre 2021: Todos los días: 11h a 14h /17h a 22h (Cierra la taquilla 40 min antes del cierre)	Entrada Castillo + museo gigantes+ escuela micológica Ungilde: 3 € Grupos (25 pax), niños de 6 a 12 años, jubilados, familias numerosas con carnet, discapacitados, Amigos del Patrimonio: 2€ Gratuito: residentes de Puebla, menores 6 años.	980 62 07 34 ofturismo@pueblasanabria.com
PUEBLA DE SANABRIA	ERMITA DE SAN CAYETANO	Del 13 de Julio al 12 de Septiembre: Martes a domingo: 12h a 14h y de 18h a 20h. Lunes Cerrado	GRATIS	980 62 07 34
PUEBLA DE SANABRIA	IGLESIA NUESTRA SEÑORA DEL AZOGUE Horarios misa domingos: 12.30h.	Del 26 marzo al 30 junio: Viernes 12h-14h / 16h-18h. Sábados, Domingos, festivos y puentes: 11h-14h/ 16h-19h. Del 1 julio-30 septiembre: de martes a domingo: 11-14/17-20h. Del 1 octubre al 8 diciembre: Viernes 12-	GRATIS	980 62 07 34

		14/16-18h. Sábado, domingos, festivos y puentes: 11-14/16-19h.		
PUEBLA DE SANABRIA	MUSEO GIGANTES Y CABEZUDOS (C/ San Bernardo 10, bajo)	Del 1 de Julio al 7 septiembre 2021 Todos los días: 11h a 14h /17h a 21h	Entrada Castillo+museo gigantes+escuela micológica Ungilde: 3 €	980 62 07 34
PLAYA CUSTA LLAGO (Carretera Ribadelago Km.14. Ribadelago)	LAGO DE SANABRIA: Barco Helios Cousteau	CONSULTAR SIEMPRE LAS SALIDAS EN LA WEB: www.europarques.com (Los miércoles no hay barcos) Lunes, Martes, Jueves y Viernes salida a las 12h. Sábados, Domingos, Festivos y Puentes salidas a las 12h y 17h	Adultos (> 10 años): 18€ De 3 a 9 años: 12€ De 0 a 2 gratis. Descuentos con carnet familia numerosa, mayores 65 años, carnet discapacitados, promo viajeros de AVE a Zamora y vale descuento oficial de Europarques.	980 557 557 Taquilla abierta 1h. antes de la salida.
MOMBUEY	IGLESIA DE NUESTRA SENORA DE LA ASUNCIÓN	De junio a octubre: De martes tarde a domingo: 12 a 14/17-19h. Lunes cerrado y martes por la mañana	Gratis	980 642 700 (José Antonio)
OTERO DE SANABRIA	IGLESIA DEL SANTO TOMÁS APÓSTOL	Julio y agosto: de miércoles a domingo: 10-14/16-20h Septiembre y octubre: sábados y domingos:10-14/16-20h	Gratis	980 62 00 24
RABANO DE SANABRIA	ERMITA DE LA ALCOBILLA	Del 1 julio-12 septiembre: De martes a viernes: 10-14/18-20h Sábados y domingos: 10-14/ 16-20	Gratis	
RABANILLO DE SANABRIA	CASA DEL PARQUE DEL LAGO DE SANABRIA Y SIERRAS SEGUNDERA Y DE PORTO "MONTE GÁNDARA" Ctra. del Lago (Rotonda Rabanillo)	Del 11 enero al 30 de junio: De viernes a domingos, festivos y puentes:10h - 14h y de 16h - 20h Del 1 julio al 31 agosto: todos los días 10:00 – 14:00 y 17:00 – 21:00h Grupos con reserva previa	- 1€ (entrada libre o guiada) - 0.50€ mayores de 65 años - Menores de 8 años, amigos Patrimonio Natural, profesores y discapacitados: gratis - Entrada conjunta: Centro del Lobo+ Casa del parque de Sanabria: 8€	980 62 18 72 Silvia y Ana cp_sanabria@patrimonionaturalel.org

RIONEGRO DEL PUENTE	MUSEO HISPANOAMERICANO DE PINTURA	Llamar para verlo	Gratis	980 652 132 - 980 652 184 (Eusebio Rodriguez)
RIONEGRO DEL PUENTE	SANTUARIO VIRGEN DE LA CARBALLEDA	Agosto: Todos los días. De 18 a 20h Resto del año: Visitas previa cita en el mail: mozarabesanabres@gmail.com Reservar el día anterior	Gratis	Eusebio Rodriguez 980 652084 mozarabesanabres@gmail.com
ROBLEDO	LAGAR DE CERA Y FRAGUA	Llamar para verlo	Gratis	Pedro 980 032 122 / 686 670 506
ROBLEDO	CENTRO DEL LOBO IBÉRICO DE CASTILLA Y LEÓN "FELIX RODRIGUEZ DE LA FUENTE"	Ver horarios en la web. IMPRESINDIBLE hacer la reserva y pago online a través de la web: https://centrodellobo.es/ Todas las visitas serán guiadas, duran 2 horas. Obligatorio mascarillas y desinfección de manos. De martes a jueves se abre para grupos (número máximo de personas 9 y precio 80 €) con reserva previa, pida información por teléfono)	Tarifa general: 8€ Tarifa reducida (Jubilados y Mayores de 65 años): 6€ Carnet familia Numerosa y discapacitados: 4€ Niños hasta 7 años incluidos: Gratis Enseñando la reserva online en la Casa del Parque del Lago (en Rabanillo) entran gratis.	980 567 638 / 608 373 962 centrodellobo@patrimonio.natural.org www.centrodellobo.es
SAGALLOS	LAGAR DE CERA C/ Real 9.	Llamar para verlo. Reserva Previa.	Gratis	980 62 56 25 Santos Romero
SAGALLOS	CENTRO DE INTERPRETACION DE LA MIEL (llamar) C/ Carretera 10B. aytomanzanal@aytomanzanalarriba.es	De mayo al 13 julio: viernes, sábado y domingo 11-14 /17-20h Del 14 julio -31 agosto: de miércoles a domingo: 11-14/17-20h Grupos x siempre pueden visitarlo, horario flexible, previa cita en el Tlf 649 506 778	Gratis NO SE PUEDE HACER DEGUSTACIÓN DE MIEL	María Tlf 649 506 778 Ayto Manzanal de Arriba:980 625648

SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA	MONASTERIO DE SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA Exposición sobre San Martín de Castañeda, etnografía, Unamuno y muestra de arte sacro recuperado. Hay un punto sobre el Plan Románico Atlántico.	Del 16 sept al 14 junio: Viernes: 16h a 20h. Sábados, Domingos, festivos y puentes: 10h a 14h y 16h a 20h Del 15 junio al 15 septiembre: De lunes a domingo: 10h a 14h y 16h a 20h	Entrada: 1€	O.T de Puebla: Tlf 980 62 07 34. ofturismo@pueblasanabria.com
SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA	IGLESIA SANTA MARÍA Misas: Domingos a las 10h. (Depende del cura).	Del 16 sept al 14 junio: Viernes: 16h a 20h. Sábados, Domingos, festivos y puentes: 10h a 14h y 16h a 20h Del 15 junio al 15 septiembre: De lunes a domingo: 10h a 14h y 16h a 20h	Gratis	O.T de Puebla: Tlf 980 62 07 34. ofturismo@pueblasanabria.com
SEJAS DE SANABRIA Y LUBIÁN	IGLESIA STA MARINA (Sejas de Sanabria). IGLESIA DE LA TUIZA (Lubián)	A partir del 13 de julio De Martes a Domingo: de 11- 14 / 17-19:45 h.	Gratis	
UNGILDE	ESCUELA MICOLÓGICA C/ La Iglesia s/n.	Del 1 octubre al 30 junio: De Viernes a Domingo y Puentes: 11h – 14h y 16h – 19h Del 1 julio al 30 septiembre: De viernes a domingo: 11:00 – 14:00 y 17:00 – 19:00h	2€ Entrada Castillo+museo gigantes+escuela micológica Ungilde: 3 €	980 620 961. emu@pueblasanabria.org Oficina de turismo de Puebla de Sanabria: 980 620 734

RUTA DE LOS ARRIBES DEL DUERO (COMARCA DE SAYAGO)

Oficinas de Turismo en esta comarca - Fermoselle , Antonio Regojo, 2. Tlf: 980 61 35 35 (Apertura Temporal)				
POBLACIÓN	MONUMENTOS	HORARIO	PRECIO	Nº TELEFONO /MAIL
CAMPILLO	SAN PEDRO DE LA NAVE	Del 5 de Febrero, marzo, octubre, noviembre y diciembre: viernes y sábados de 10-13.30h/16.30-18.30h. Domingos: 10-13.30h Del 1 abril al 30 septiembre: de martes de a domingos: 10h -13.30h /17h - 20h. Lunes cerrado.	Gratis	Ayuntamiento Campillo: 980 555 761/ 980 555 767 La llave la tiene Dulcina : 608 411 034 (hasta 14 jul 2021) y después Iñaki: 635322059 (Del 15-7-21 al 15-7-22) Misa: sábados a 18h
CEREZAL DE ALISTE	CENTRO DE INTERPRETACIÓN "EL ALCORNOCAL"	Cerrado hasta nuevo aviso.	Gratis	Belén 606 352 669 Isabel: 980 55 30 05
MIRANDA DO DOURO (PORTUGAL)	CRUCERO AMBIENTAL POR LOS ARRIBES DEL DUERO	Siempre reconfirmar salidas en la web: www.europarques.com Grupos consultar. Fiestas y puentes consultar en la web.	Adultos (> 10 años): 18 € De 3 a 9 años: 12€ De 0 a 2 gratis. Descuentos con carnet familia numerosa, mayores 65 años, carnet discapacitado, <u>promo</u> viajeros de AVE a Zamora y vale descuento oficial de <u>Europarques</u> .	<u>Europarques</u> hispano-lusos: 980 557 557 Oficina: 980. 557 169 // 670 094 470 Embarcadero: 00.351.273 432 396
MORALINA DE SAYAGO	MUSEO DE LA TRADICIÓN C/ Palacio, 5	Concertar visitas previamente por teléfono: 615 155 679	1€	Obdulio: 615 155 679
MUELAS DEL PAN	MUSEO DE ALFARERÍA Y ARQUEOLOGÍA C/ Sillada nº 8	Cerrado hasta nuevo aviso.	Gratis	Belén: 606 352669 citamuseos@ayto-muelasdelpan.com

FERMOSELLE	RUTA A LAS BODEGAS	Visitas guiadas Llamar para consultar horarios de salidas	Precio: 5 € Visita a 4 ó 5 bodegas con degustación en una de ellas con vino y embutido de los Arribes	Consultar horarios Telf: 659 47 24 07 Telf: 635 36 92 08 visitabodegas@hotmail.com
PERERUELA	CENTRO DE INTERPRETACIÓN DEL BARRO C/ Carretera Fermoselle , 21-23	Del 1 abril al 30 septiembre: De martes a domingo: 11:00 – 14:00 Octubre y noviembre: De Martes a Viernes: de 10:00 a 14:00 horas. Sábados, Domingos y Festivos: de 11:00 a 14:00 horas. Lunes cerrado (Visitas guiadas a grupos, con cita previa, llamando al teléfono 980551299 o mediante correo electrónico cib@aytopereruela.com) Del 1 diciembre al 2 junio: Todos los días: concertar visita para grupos mínimo 15-20 personas. Contactar con el Ayuntamiento para concertarlas: 980 551 003. secretaria@aytopereruela.com	Gratis Se realizan visitas guiadas a grupos (previa cita en el tño. 980 55 12 99 o a través del correo electrónico cib@aytopereruela.com .	Ayuntamiento:980 551 003 Oscar 980 55 12 99 (Centro) cib@aytopereruela.com
VILLADEPERA	MINA EL CARRASCAL	Visitas concertadas previa cita con antelación (Tfn: 657 55 02 32) No reabre x COVID	Entrada general: 2.50€ persona. La visita se hace con un mínimo de 25€ (máximo 10 personas).	657 55 02 32

SIERRA DE LA CULEBRA (ALISTE, TÁBARA Y ALBA)

Oficina de Turismo en esta comarca

- Alcañices. Convento de San Francisco, 30. Tel: 980 68 03 68. Apertura Temporal
- Villardeciervos. C/ América, s/n 49562 – Villardeciervos. Tel: 980 032 700

POBLACIÓN	MONUMENTOS	HORARIO	PRECIO	Nº TELEFONO /MAIL
ALCANICES	CENTRO INTERPRETACIÓN ALISTE, TÁBARA Y ALBA	De octubre a junio: Lunes a viernes de 9-15h Julio-septiembre: Lunes a jueves de 9-15h. Viernes:9-14h Grupos concertar visitas.	GRATIS	ADATA: 980 680 107 Pza del Reloj 7. 49500 Alcañices. adata.zamora@gmail.com
ALCANICES	SANTUARIO MARIANO DIOCESANO DE LA PEREGRINACIÓN DE NUESTRA SRA. DE LA VIRGEN DE LA SALUD	Para verlo, contactar con el párroco Fernando, en el tlf 615 480919 o preguntar los horarios de apertura en periodo estival en la oficina de turismo de Alcañices.	GRATIS	Convento de la Orden Tercera de San Francisco Párroco de Alcañices: Fernando Lorenzo Martín. 615 480919 Misa dominical a las 13.15h y los días 2 de cada mes hay eucaristía a las 12.30 horas
ALCANICES	IGLESIA NTRA.SRA.LA ASUNCIÓN CONVENTO DE SAN FRANCISCO	Julio y agosto: 11-14 /17-19h	GRATIS	Tel: 980 680 368
BERCIANOS DE ALISTE	CENTRO DE INTERPRETACIÓN SEMANA SANTA	Del 12 de julio-10 septiembre: De martes a domingo: 9-14h	GRATIS	Tel: 609 617 928
CARBAJALES DE ALBA	MUSEO TRAJE CARBAJALINO Taller de bordados C/ Oro Nº 53	De 4 mayo al 1 diciembre: martes miércoles y jueves: de 10:00 a 14:00 horas Sábado: de 16:00 a 20:00 horas Domingo: de 10:00 a 14:00 horas Resto del año: Con cita previa solamente. Solicitar la visita en los teléfonos de contacto o en : carbajalesdealbainfo@gmail.com	GRATIS	Ayto. Carbajales. Tel: 980 585 104 (Martes y viernes de 10-14 y miércoles de 17-20h) 677506142 (Alcalde. Roberto)

SANTA EULALIA DE TÁBARA:	MUSEO ETNOGRÁFICO	Sábados y Domingos: 17-19h LLAMAR SIEMPRE ANTES DE IR. Para el resto de días y horas, llamar por teléfono para concertar visita, no hay ningún problema	1€	980 595 473 Ayto Moreruela de Tabara: 980 595 375
SEJAS DE ALISTE	MOLINOS DEL TEJADO Y EL MOLINICO	Abierto previa cita llamando al Ayuntamiento 980 682 605 (2020 y 2021 no se enseñan x COVID)	GRATIS	980 682 605 (Ayto) 686 244 044 (Santiago, teniente alcalde)
TÁBARA:	IGLESIA DE SANTA MARIA Centro de Interpretación de los Beatos	Del 1 Julio al 14 septiembre Martes a Viernes: 11 a 15 horas. Sábados. 10.00 a 14.00 h. Resto del Año Martes a Viernes: 11 a 14 y 16 a 17h. Sábados: 10 a 14 horas. Domingos y lunes: Cerrado	GRATIS	III. Ayuntamiento: 980 59 00 15 Centro de Interpretación de los Beatos (Raquel) 603567153

FERMOSELLE	IGLESIA DE NUESTRA SEÑORA DE LA ASUNCIÓN	<p>Del 1 abril-30 junio: de martes a sábado: 10.30-13.30/17-19h. Domingo: 10.30-13.30h</p> <p>Del 1 julio-30 sept: de martes a sábado: 10.30-13.30/17-20h. Domingo: 10.30-13.30h</p> <p>Octubre y noviembre: de martes a sábado: 10.30-13.30/17-19h. Domingo: 10.30-13.30h</p> <p>(Puente del Pilar y los Santos abierto domingo tarde y lunes)</p>	Gratis	<p>Párroco: 980613013</p> <p>Ayuntamiento Fermoselle: 980 61 30 03</p> <p>Oficina Turismo: 980 61 35 35.</p>
FERMOSELLE	CASA DEL PARQUE DE LOS ARRIBES DEL DUERO "Convento de San Francisco" Calle San Juan, 89	<p>Julio y agosto</p> <p>Martes y miércoles: Abierto de 10:00 a 14:00h De jueves a domingos: De 10:00 a 14:00, y de 16:00 a 19:00 h.</p> <p>Horario de visitas guiadas: 10:30 y 17:00h</p>	<p>Entrada casa del parque: 1€ adultos.</p> <p>Casa del Parque + Senda: 3€ (máximo 9 pax. Duración 2 horas)</p> <p>Mayores de 65 años y niños de 7 a 12 años: 0,50€</p> <p>Menores de 7 años, discapacitados, profesores y escolares gratis.</p>	<p>Para cualquier consulta o reserva de visitas guiadas, Teléfonos: 980 61 40 21 646 60 97 56 María 630 34 67 38 Julia</p> <p>cp.arribes.fermoselle@patrimonionatural.org www.patrimonionatural.org www.miespacionatural.es</p>
FERMOSELLE	CASTILLO DE FERMOSELLE. (Ahora es un mirador privado sobre los Arribes)	Abierto todo el año	Precio: 1€ (donativo)	Paco. Tfno: 626 931 080
FERMOSELLE	VISITAS GUIADAS A LAS BODEGAS "MOMENTOS ÚNICOS"	<p>Visitas guiadas: Consultar días y horas en web. Duración: 90 min.</p> <p>Reservas: http://rutainternacionaldelvino.terradero.info/ven-a-visitar-las-bodegas-de-fermoselle/</p>	4€	<p>644 341 760 693 414 304 Jose bodegasdefermoselle@gmail.com</p>

RIOFRIO DE ALISTE	LA CASA DE LOS CAROCHOS Inaugurada el 22/12/2015	<p>Siempre con cita previa. Telf Ayto: 980 59 80 01 (de lunes a Viernes de 10.30 a 15.00)</p>		<p>En la antigua casa del veterinario. Telf Ayto.: 980 59 80 01 (de lunes a Viernes de 10.30 a 15.00) y 676 363 811</p>
ROBLEDO	LAGAR DE CERA Y FRAGUA	Llamar para verlo	Gratis	Pedro 980 032 122 / 686 670 506
ROBLEDO	CENTRO DEL LOBO IBÉRICO DE CASTILLA Y LEÓN "FELIX RODRIGUEZ DE LA FUENTE"	<p>Consultar horarios en la web</p> <p>IMPRESINDIBLE hacer la reserva y pago online a través de la web: https://centrodellobo.es/</p> <p>Todas las visitas serán guiadas, duran 2 horas. Obligatorio mascarillas y desinfección de manos.</p> <p>De martes a jueves (excepto Semana Santa) se abre para grupos (número máximo de personas 9 y precio 80 €) con reserva previa (pida información por teléfono)</p>	<p>Tarifa general: 8€</p> <p>Tarifa reducida (Jubilados y Mayores de 65 años): 6€</p> <p>Carnet familia Numerosa y discapacitados: 4€</p> <p>Niños hasta 7 años incluidos: Gratis</p> <p>Enseñando la reserva online en la Casa del Parque del Lago (en Rabanillo) entran gratis.</p>	<p>980 567 638 / 608 373 962</p> <p>centrodellobo@patrimonionatural.org</p> <p>www.centrodellobo.es</p>
SAGALLOS	LAGAR DE CERA	Llamar para verlo	GRATIS	Tfn: 980 625 625 - Jesus Romero Lopez. C/ Real. Nº 9.
SAGALLOS	CENTRO DE INTERPRETACION DE LA MIEL C/ Carretera 10B. aytomanzanal@aytomanzanalarriba.es	<p>De mayo al 13 julio: vienes, sábado y domingo 11-14 /17-20h</p> <p>Del 14 julio -31 agosto: miércoles a domingo: 11-14/17-20h</p> <p>Grupos x siempre pueden visitarlo, horario flexible, previa cita en el Tlf 649 506 778</p>	<p>Gratis</p> <p>NO SE PUEDE HACER DEGUSTACIÓN DE MIEL</p>	<p>María Turiño: 649 506 778</p> <p>Ayto Manzanal de Arriba: 980 625 648</p>

FERRERAS DE ARRIBA	C.I. DE LA VIDA PASTORIL: LOS CORRALONES Y LOS CASTROS".	Llamar para concertar visita	GRATIS	Tel Ayuntamiento: 980 59 31 04
LATEDO	LAGAR DE ACEITE	Llamar para verlo	GRATIS	Tel. Ayuntamiento de <u>Trabazos</u> 980 681 085.
PINO DEL ORO	LA ZONA MINERA Es un conjunto de explotaciones mineras auríferas de época romana S.I-II dc que abarca los municipios de Pino del Oro y <u>Villardiégua</u> de la Ribera con el itinerario arqueológico de Peña Redonda.	Visita libre. Sendero Marcado	GRATIS	Ayuntamiento : 980 68 81 54
MELLANES	MOLINO DE AGUA VISITABLE "LOS GENICIOS"	Cita previa en: Más información en: museomicologico@hotmail.com Tlf: 669 32 28 34	Visita guiada y puesta en funcionamiento del molino: 6€/persona. También disponible visita guiada combinada al molino, Castro de la Encarnación y al Museo Micológico de Rabanales (situado a 5 km) por 8€ /persona Visita dura 1 hora y media.	Tlf: 669 32 28 34
RABANALES	CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE LAS ESPECIES MICOLÓGICAS	Siempre previa reserva. La visita guiada al centro dura 1 hora. Reserva: por e-mail: museomicologico@hotmail.com o por teléfono: 669 32 28 34. También se podrán realizar rutas micológicas guiadas por los bosques de la zona y talleres de identificación de setas. Se reservarán de la misma forma que las visitas guiadas. Avisar con antelación. Preguntar precio.	. General: 3 € . Grupos concertados de más de 10 pax : 2€ . Niños de hasta 8 años: gratis	669 32 28 34 Tel Ayto. Rabanales 980 68 18 82 (Lunes: 16 a 18 h. Martes a Viernes: 10 a 14h). Centro Ctra. de Alcañices, s/n Rabanales (enfrente de la piscina).

RUTA VIA DE LA PLATA (TIERRA DE CAMPOS)				
POBLACIÓN	MONUMENTOS	HORARIO	PRECIO	Nº TELEFONO /MAIL
ARCENILLAS	IGLESIA DE ARCENILLAS Conjunto de 11 tablas pintadas en 1494 x Fernando Gallego. Temas: pasajes de la vida de Jesús	Del 20 jun al 20 septiembre: De miércoles a domingo: 10.30-14/17-20h Resto del año: Siempre previa cita concertada con el párroco de la Iglesia de <u>Arcenillas</u> a través de los teléfonos 980 533176/626728880. Los domingos y festivos de todo el año se puede visitar antes y después de la misa de 11 (De 10.30-11h y de 11.30-12h)	GRATIS	Joaquín (párroco de la Iglesia): 980 533176/626 728 880 Enrique (alcalde): 676900782
CASTROVERDE DE CAMPOS	CENTRO DE DOCUMENTACIÓN DE LOS PALOMARES	Horario de Visita: Laborables. De 9 a 14 y de 16 a 19 h. Sábados de 12 a 14 h. (Previa confirmación telefónica)	GRATIS	Ayuntamiento de <u>Castroverde</u> de Campos Tel: 980 664 655 protogotico@hotmail.com
GRANJA DE MORERUELA:	CENTRO DE INTERPRETACION DEL CISTER	(No abre mientras dure el COVID) * Visitas fuera del horario con cita previa 660 518 418/980 587 005	GRATIS	Centro Interpretación: Avda. Angel de la Vega, s/n. Tlf: 660 518 418 Chari Ayuntamiento de Granja de <u>Moreruela</u> (martes y viernes por la mañana): 980587005
GRANJA DE MORERUELA	MONASTERIO DE <u>ST</u> ^a M ^a DE MORERUELA	De 1 de abril a 30 de septiembre: Miércoles a domingo: de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas. De 1 de octubre a 31 de marzo: Miércoles a domingo: de 11:00 a 17:30 horas. Lunes y martes cerrado.	GRATIS	Isabel: 679 79 28 90

LA HINIESTA	IGLESIA DE SANTA MARIA LA REAL	Del 15-30 junio: Sábado y domingo: 10-14/17-19.30h Julio y agosto: De martes a domingo: 10-14/17-19.30h Septiembre: Sábado y domingo: 10-14/17-19.30h Se pueden concertar visitas llamando anticipadamente al párroco: 660 510 248	Dar donativo	Matías (Párroco): 658 556384
MOLACILLOS	CISTERNAS ROMANAS	Llamar para verlas	GRATIS	Teso de la Mora. Tfn: 680 786 222 Francisco 626 854 611 Alcalde
MOLACILLOS	IGLESIA DE SAN MARTIN DE TOURS	Llamar para verlas	Dar Donativo	Tfn: 680 786 222 Francisco 626 854 611 Alcalde
OTERO DE SARIEGOS	OBSERVATORIO	Visita libre. Igual horario que la Casa del Parque de Villafila pero sin cerrar a mediodía.	GRATIS	Visita libre. No hay nadie. Hay un observatorio con 2 telescopios.
VILLAFAFILA	CASA DEL PARQUE DE LAS LAGUNAS DE VILLAFÁFILA. "EL PALOMAR" Ctra. Villafila - Villalpando Km.2	De octubre a marzo: Viernes, Sábados, Domingos y Festivos: De 10.30h a 14h y de 16h a 19h Del 5 abril-30 junio: Viernes, Sábados, Domingos y Festivos: 11h a 14h y de 16h a 19.30h Julio y agosto: Viernes, Sábados, Domingos y Festivos: De 9 a 15h Septiembre: cerrado por fin de temporada de aves Resto de días de la semana visitas concertadas. Llamar con antelación. Festivos y puentes consultar	Entrada casa del parque: 2€ Hasta los 7 años gratis. De 8-12 años y mayores de 65: 1,50€. De 13 años en adelante: 2€.	Tlf: 980. 586 046 cp.villafafila@patrimonionaturale.org

VILLALPANDO	MUSEO DE ARTE SACRO. TORRE DE LA IGLESIA DE SAN NICOLÁS DE BARI Tallas, custodias, cruces parroquiales, casullas,...	Para el ver el museo hablar con el párroco	DAR DONATIVO (Preguntar por el párroco que lo enseña)	Párroco: D. Javier 606 876 098
VILLAMAYOR DE CAMPOS	IGLESIA DE S.ESTEBAN-C.I. DE LA CARPINTERIA DE LO BLANCO	Llamar antes para verlo	Donativo: 2€. Menores de 12 años gratis	Iglesia de S. Esteban Luciano Díez Tfn: 980662661 Jose: Tfn: 689 032987

Villardocieros

Conjunto Histórico-Artístico

Territorio de Lobos

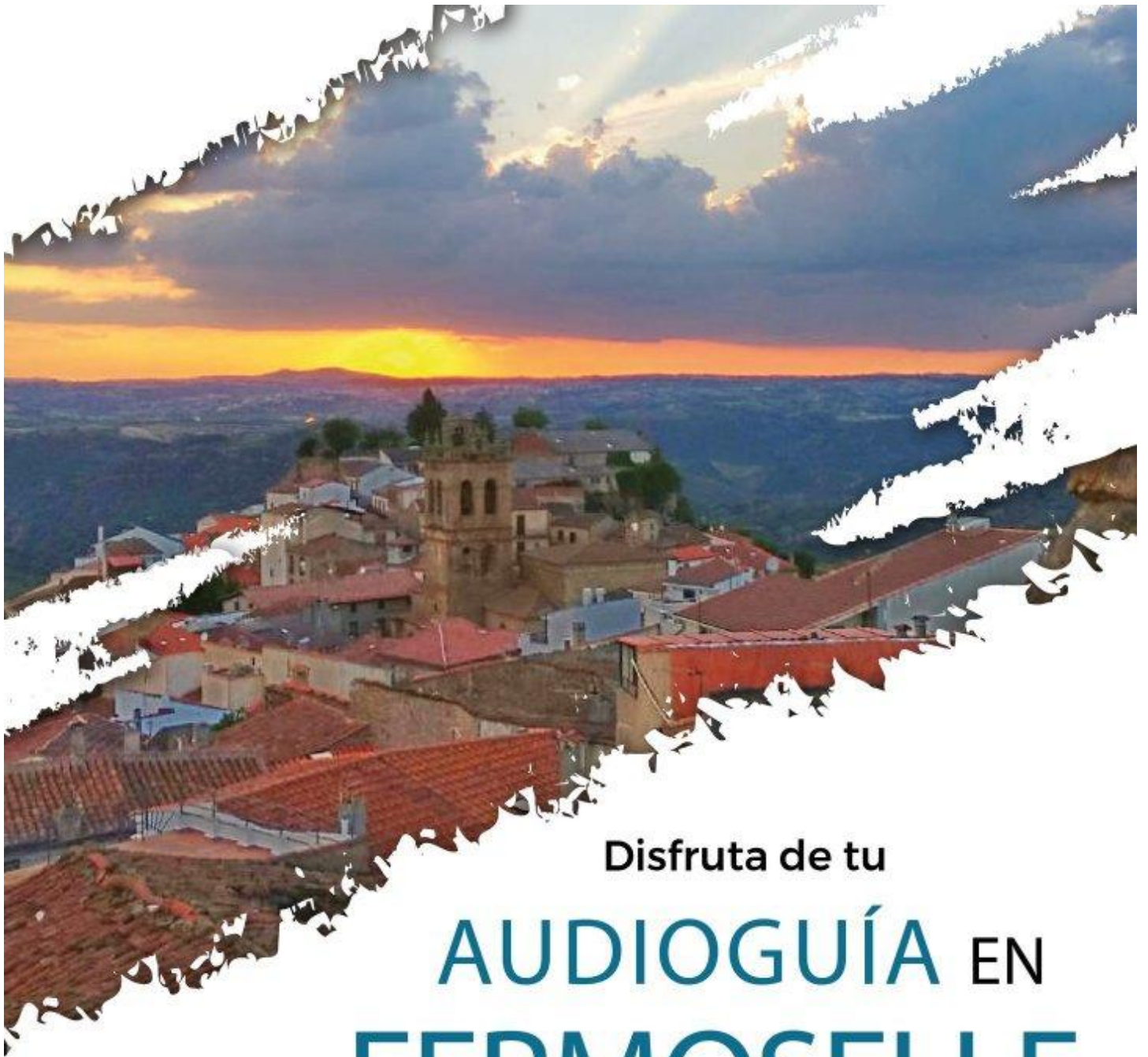
Playa Fluvial

Oficina de Turismo

Un Paraíso
en la Sierra de la Culebra



MINISTERIO DE CULTURA
INSTITUTO ESPAÑOL DE TURISMO



Inicia la ruta o descárgate
la App en Google Play.



Disfruta de tu

AUDIOGUÍA EN FERMOSELLE

Capital de los Arribes del Duero

Escucha a través de la aplicación AudioguidesApp
la audioguía de Fermoselle y descubre su historia
mientras te guiamos por todo el pueblo.



www.audioguidesapp.com





RUTAS DEL VINO

CASTILLA y LEÓN



Visita

El corazón de Famoselle



Visita guiada a las misteriosas bodegas subterráneas de Famoselle y disfruta de una degustación de productos de la tierra.

RESERVAS

Consultar horarios.

T. 635 36 92 08 / 659 47 24 07

visitabodegas@hotmail.com

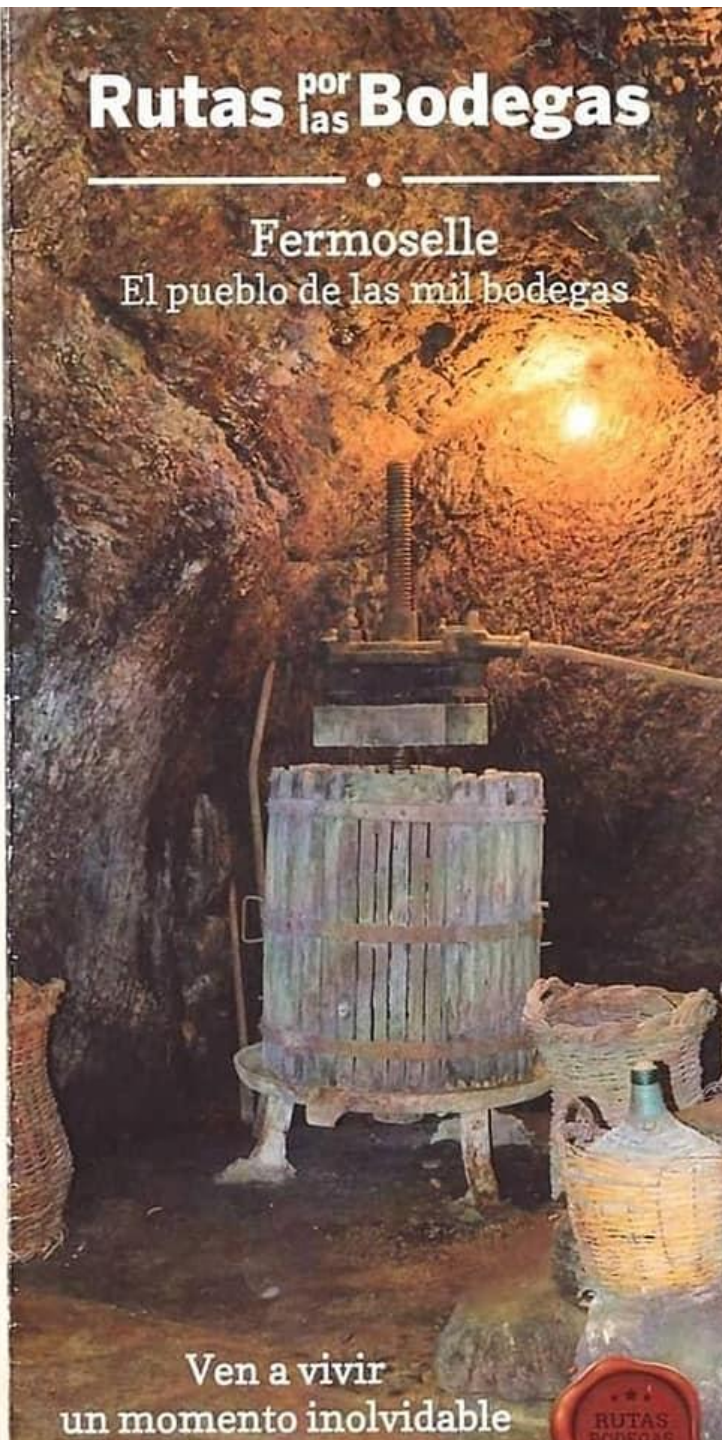
www.casauralelarcodelosarribes.com



Rutas por las Bodegas

Famoselle

El pueblo de las mil bodegas



Ven a vivir
un momento inolvidable



Horarios Sanabria AV

Galicia > Madrid:

9:11

10:46

14:30

19:04

Madrid > Galicia:

9:14

14:54

16:56

20:13



www.TrenZamora.es

CAMPEONATO CASTILLY LEON BTT - XCO

2 de octubre
2021



TRABAZOS DE ALISTE ZAMORA

14:00 Hombres

Cadetes
Master 30
Master 40
Master 50
Master 60

15:30 Mujeres

Pro.
Elite
Junior
Cadetes
Master 30
Master 40
Master 50
Master 60

17:00 Hombres

Elite
Sub 23
Junior



III TRAIL LA RAYA ALCAÑICES (ZAMORA)

DOMINGO 31
OCTUBRE 2021

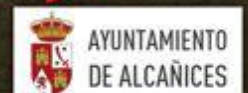
SALIDA A LAS 9.30H MERENDERO DE SAHÚ

TRAIL LARGO 23KM

TRAIL CORTO 12KM

CAMINATA 9KM

EVENTO SUJETO A
LAS RESTRICCIONES
DEL COVID19



CONCURSOS



Tel.: 980 513 842

690 671 655 | 635 538 213

**Sorteamos un lavado
de coche GRATIS
Participa en...**
zamoraspirit.blogspot.com
(Concursos)



Sorteamos el LIBRO
Lo Redondo es concreto
De
COOMONTE

Participa [AQUI](#)



Sorteamos el DVD
**LUCES
SENTIMIENTOS
SONIDOS**
Semana Santa de Zamora

HUMOR

Joaquín y el Comandante Lara la lían con Bertín Osborne y El Sevilla en el mejor duelo de chistes



[VER VIDEO](#)



CARTELERERA

VENOM

Tom Hardy vuelve a la gran pantalla para dar vida al letal protector Venom, uno de los personajes más populares y complejos de Marvel. Dirigida por Andy Serkis, la película está también protagonizada por Michelle Williams, Naomie Harris y Woody Harrelson, en el papel del villano Cletus Kasady/Matanza.

[VER TRAILER](#)



TOM
HARDY

WOODY
HARRELSON



VENOM

HABRÁ MATANZA

PRÓXIMAMENTE
SOLO EN CINES



www.SonyPictures.es

#VenomHabráMatanza



Óptica Anta



LA SALUD DE TUS OJOS

Cambio de estación ¡Cambio de gafas!

Ya han pasado unas semanas desde que volviste de vacaciones, por lo que has tenido un buen margen para adaptarte de nuevo a las tareas cotidianas y al trabajo.

En estos días en los que has tenido que volver a poner tus cinco sentidos para dar lo máximo de ti, quizás hayas notado que uno de ellos no te responde como debería. Nos referimos a la vista. Y es que quizás estés notando que al final de la jornada laboral te duele la cabeza, no lees la letra pequeña de los documentos tan bien como antes o no te encuentras totalmente cómodo al volante.

Estas alteraciones pueden deberse a que tus gafas necesitan una “puesta a punto” o directamente tienes que cambiarlas porque por sus características no son capaces de compensar tu defecto refractivo.

No estás cómodo Cuando nos detectan un defecto refractivo, como es la miopía, la hipermetropía, el astigmatismo o la presbicia, debemos tener en cuenta que puede no avanzar, pero también es posible que vaya a más con el paso del tiempo, algo bastante común entre niños y adolescentes debido al proceso de crecimiento.

Por este motivo, cuando se indica el uso de unas gafas para compensar dichos defectos, el Óptico-Optometrista recomienda al afectado que acuda a una nueva revisión al cabo de seis meses, ya que si el La Fundación Salud Visual, Desarrollo Optométrico y Audiológico te recomienda que te dejes asesorar por un Óptico-

Optometrista a la hora de cambiar y elegir unas gafas nuevas. Redacción. Ten en cuenta los motivos que te damos para valorar si es buen momento para cambiar tus gafas, no por capricho, sino por necesidad. problema ha aumentado y no se está usando la lente adecuada, el defecto tiende a empeorar.

En este momento puede que el profesional sanitario compruebe que es necesario usar otro tipo de lente y, en ciertas ocasiones, haya que cambiar de gafas. Aunque es muy probable que tú mismo notes que con tus gafas no ves bien, es mejor no esperar llegar a este momento por el bien de tu salud visual. Piensa que siempre será más fácil hacer pequeñas modificaciones que resolver un problema mayor.

También envejecen Por muy bien que cuides tus gafas, ten en cuenta que es un objeto que usas constantemente y a diario, sin mencionar los golpes y el mal uso (ponerlas como diadema, morder la varilla, guardarlas en el bolso sin la funda) que muchos despistados llevan a cabo. Lo cierto es que hoy en día los materiales con los que se diseñan las gafas son muy resistentes y de alta durabilidad, pero hay ocasiones en las que no queda más remedio que cambiarlas.

Las varillas no siempre se pueden reparar o, por diferente motivos, el modelo ya no se ajusta debidamente al rostro. Si la montura ha perdido color, está desgastada o tiene un pequeña rotura y es necesario renovarlas, seguramente también tendrás que adquirir unas lentes nuevas porque las viejas no se pueden adaptar a la montura elegida. Nuevas necesidades Suele ocurrir que por necesidad o comodidad, aunque tu graduación no varíe, quieras cambiar la lente de tus gafas, y éstas no puedan adaptarse a las que ya tienes.

Esto se da cuando quieres unas gafas de sol graduadas, unas lentes fotocromáticas o has decidido usar unas lentes progresivas. En estos casos es prácticamente inevitable el cambio completo de gafas. Otros gustos Es la razón menos relacionada con la salud, pero que tiene mucho peso para la mayoría de las personas, sobre todo para quienes no se separan de sus gafas.

Que el diseño de la montura vaya bien con los rasgos del rostro es fundamental para que la persona se encuentre cómoda y segura con sus gafas. Por otro lado, en el mundo de la óptica también manda la moda y las tendencias, por lo que es posible que el modelo que te compraste hace un par de años ya no te guste tanto y prefieras el último presentado por tu marca preferida. En tal caso, déjate asesorar por un Óptico-Optometrista porque no siempre lo más bonito es lo mejor para todos.



ANTA OPTICA

¡MIRATE!
SE LLEVA EL NEGRO...
...VEN A VERNOS

Jóvenes Presbitas

DAILIES

graduate la vista
FARMORTE

Avda. Príncipe de Asturias, 25. Telf.: 980516326. Zamora.

Estrella Galicia

CAFE BAR PINILLA

Estrella Galicia

Café Bar Pinilla

Calle de Salamanca, 4, 49028 Zamora

980 54 37 08

Comida para llevar



Médico de Familia

Dr. Fernando Rueda Prieto.

Consejos para controlar el colesterol

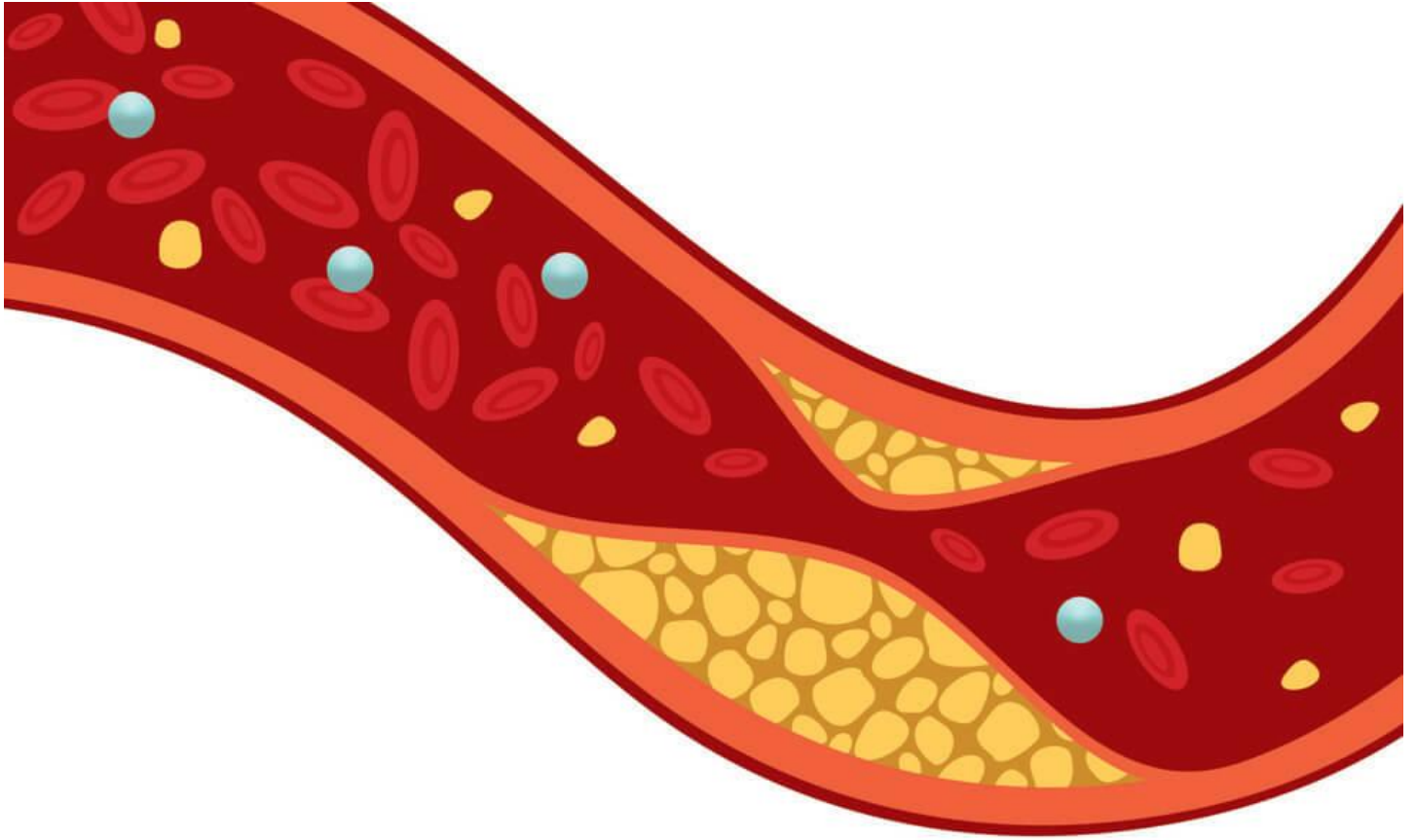
Los datos señalan que casi un 60% de la población española entre 35 y 64 años supera los niveles aceptables de colesterol. Estas cifras presentan un panorama preocupante ya que el colesterol es uno de los principales factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares, que causan casi el 40% de las muertes que se producen en nuestro país.

En primer lugar hay que recordar que el colesterol no siempre es malo, ya que es necesario para muchas funciones de nuestro organismo, al formar parte de la estructura de las membranas celulares de nuestro cuerpo. Es más, a partir de él se fabrican otras moléculas de gran importancia para el organismo. Casi la mitad del colesterol que circula por nuestra sangre lo producimos de forma natural, y otra porción del colesterol lo obtenemos de los alimentos.

Es importante saber que una dieta rica en grasa saturada puede favorecer el exceso de colesterol, conocido como hipercolesterolemia. Por ello debemos saber que contienen colesterol los alimentos de origen animal, entre los que destacan vísceras, carnes y embutidos, nata y mantequilla, y la bollería elaborada a partir de ingredientes lácteos o grasas animales y huevo. Existen también algunas grasas vegetales que también tienen una gran capacidad para elevar los niveles de colesterol. Estas son las grasas de coco y de palma, utilizadas principalmente en pastelería, bollería y platos preparados. Ni el aceite de oliva ni los aceites de semillas, como el de girasol, contienen colesterol, ya que son de origen vegetal.

Según las recomendaciones de los expertos, para mantener una dieta saludable hay que limitar la ingesta de colesterol. Para regular el nivel de colesterol, hay que mantener una dieta rica en frutas y verduras, así como baja en grasas saturadas, que contenga abundantes legumbres, cereales, pescado, lácteos desnatados, etc.

Independientemente de nuestros niveles de colesterol y de la necesidad de iniciar un tratamiento farmacológico, es muy recomendable seguir una serie de consejos como controlar el peso y practicar regularmente ejercicio físico de forma moderada. Además es aconsejable moderar también el consumo de alcohol, suprimir el tabaco, y favorecer el consumo de alimentos ricos en calcio, potasio y fibra.



ZAMORA SPIRIT

REVISTA DIGITAL



Colegio Oficial de Farmacéuticos de Zamora

Farmacia de Guardia

Horario de guardia nocturna: de 22.00h a 10.00h

FARMACIAS EN SERVICIO DE URGENCIA ZAMORA CAPITAL Octubre-2021

DÍA	SERVICIO DIURNO (de 9:30 a 22:00)	SERVICIO NOCTURNO (de 22:00 a 9:30 del día siguiente)
01	LOPEZ-ARIAS TESTA, JOSE ANTONIO (C/ Santa Clara, 6) Tfno. 980 531 510	COLINO GANDARILLAS PELAEZ FRANCO, C.B. (Avda. Portugal, 10) Tfno. 980 533 534
02	FUENTES PASCUAL, AUREA (C/ Maestro Antón 1 (Esq. C/ Villalpando),) Tfno. 980 557 418	FUENTES PASCUAL, AUREA (C/ Maestro Antón 1 (Esq. C/ Villalpando),) Tfno. 980 557 418
03	MUÑIZ LORENZO, SEBASTIAN (Carretera Salamanca, 40) Tfno. 980 533 684	MUÑIZ LORENZO, SEBASTIAN (Carretera Salamanca, 40) Tfno. 980 533 684
04	GARCIA GOMEZ, ROSARIO (C/ Amargura, 8) Tfno. 980 557 508	MARTIN SANCHEZ, VIRGINIA (C/ Obispo Nieto, 27) Tfno. 980 529 948
05	HERENCIA YACENTE DE D. JOSÉ A. ABAD LÓPEZ-BREA (Avda Víctor Gallego , 26) Tfno. 980 522 066	HERENCIA YACENTE DE D. JOSÉ A. ABAD LÓPEZ-BREA (Avda Víctor Gallego , 26) Tfno. 980 522 066

06	MACIAS Y PRIETO C.B. (C/ Feria, 16) Tfno. 980 531 417	CODESAL GERVAS, TOMAS (C/ San Torcuato, 21) Tfno. 980 530 603
07	LLANES GARCIA , ISABEL (C/ Santa Clara, 27) Tfno. 980 531 938	LLANES GARCIA , ISABEL (C/ Santa Clara, 27) Tfno. 980 531 938
08	REGLERO MURCIEGO, C.B. REGLERO&MURCIEGO (C/ Federico Cantero Villamil, 2) Tfno. 980 670 877	REGLERO MURCIEGO, C.B. REGLERO&MURCIEGO (C/ Federico Cantero Villamil, 2) Tfno. 980 670 877
09	ALBERCA DE LA IGLESIA, FRANCISCO JAVIER (C/ Polvorín, 12) Tfno. 980 520 537	ALBERCA DE LA IGLESIA, FRANCISCO JAVIER (C/ Polvorín, 12) Tfno. 980 520 537
10	LOPEZ-ARIAS TESTA, JOSE ANTONIO (C/ Santa Clara, 6) Tfno. 980 531 510	GONZALEZ HIERRO, JAVIER (Carretera de la Hiniesta, 121) Tfno. 980 550 842
11	FERNANDEZ DELGADO, M ^a LUISA (C/ Argentina, 32) Tfno. 980 557 598	FERNANDEZ DELGADO, M ^a LUISA (C/ Argentina, 32) Tfno. 980 557 598
12	GARCIA GOMEZ, ROSARIO (C/ Amargura, 8) Tfno. 980 557 508	CATALINA COELLO, JOSE MANUEL (Avda. Tres Cruces, 25) Tfno. 980 520 060

13	CONEJERO DOMINGUEZ, PEDRO DEMETRIO (C/ Amargura, 21) Tfno. 980 522 511	CONEJERO DOMINGUEZ, PEDRO DEMETRIO (C/ Amargura, 21) Tfno. 980 522 511
14	SANTAMARIA MORO, CARMEN (C/ Núñez de Balboa, 46) Tfno. 980 520 680	SANTAMARIA MORO, CARMEN (C/ Núñez de Balboa, 46) Tfno. 980 520 680
15	VARA DE LA IGLESIA, YOLANDA (C/ Renova (PL. Sagasta), 19) Tfno. 980 531 606	VARA DE LA IGLESIA, YOLANDA (C/ Renova (PL. Sagasta), 19) Tfno. 980 531 606
16	MACIAS Y PRIETO C.B. (C/ Feria, 16) Tfno. 980 531 417	VICENTE GOMEZ, REBECA (C/ Almaraz, 3) Tfno. 980 524 675
17	RODRIGUEZ RAMOS, CATALINA (C/ La Vega, 1) Tfno. 980 510 159	RODRIGUEZ RAMOS, CATALINA (C/ La Vega, 1) Tfno. 980 510 159
18	PALACIOS DEL VALLE, NAZARIO (C/ Arapiles, 22) Tfno. 980 524 892	PALACIOS DEL VALLE, NAZARIO (C/ Arapiles, 22) Tfno. 980 524 892
19	LOPEZ-ARIAS TESTA, JOSE ANTONIO (C/ Santa Clara, 6) Tfno. 980 531 510	GONZALEZ FERRERO, JOSE FANNY (C/ San Blas, 13) Tfno. 980 531 509

20	GARCIA GOMEZ, ROSARIO (C/ Amargura, 8) Tfno. 980 557 508	APARICIO HERREZUELO, JUAN FRANCISCO (Avda Portugal, 21) Tfno. 980 534 667
21	FARMACIA PLAZA MAYOR (C/ Ramos Carrión ,2) Tfno. 980 530 162	FARMACIA PLAZA MAYOR (C/ Ramos Carrión ,2) Tfno. 980 530 162
22	MACIAS Y PRIETO C.B. (C/ Feria, 16) Tfno. 980 531 417	GALACHE MONTERO, AURORA (C/ Campo de Marte, 11) Tfno. 980 520 763
23	MONTESINOS & CATOIRA (C/ San torcuato, 46) Tfno. 980 532 022	MONTESINOS & CATOIRA (C/ San torcuato, 46) Tfno. 980 532 022
24	PASCUA GARCIA, IRENE (Avda Galicia, 40) Tfno. 980 527 188	PASCUA GARCIA, IRENE (Avda Galicia, 40) Tfno. 980 527 188
25	LOPEZ-ARIAS TESTA, JOSE ANTONIO (C/ Santa Clara, 6) Tfno. 980 531 510	ALVAREZ GONZALEZ, CARLOS JAVIER (Avda Tres Cruces, 4) Tfno. 980 522 941
26	MACIAS Y PRIETO C.B. (C/ Feria, 16) Tfno. 980 531 417	MACIAS Y PRIETO C.B. (C/ Feria, 16) Tfno. 980 531 417
27	LOPEZ-ARIAS TESTA, JOSE ANTONIO (C/ Santa Clara, 6) Tfno. 980 531 510	LOPEZ-ARIAS TESTA, JOSE ANTONIO (C/ Santa Clara, 6) Tfno. 980 531 510

28	GARCIA GOMEZ, ROSARIO (C/ Amargura, 8) Tfno. 980 557 508	GARCIA GOMEZ, ROSARIO (C/ Amargura, 8) Tfno. 980 557 508
29	GARCIA GOMEZ, ROSARIO (C/ Amargura, 8) Tfno. 980 557 508	ENRIQUEZ GUTIERREZ, CARLOS JESUS (Avda Galicia, 63) Tfno. 980 529 248
30	MACIAS Y PRIETO C.B. (C/ Feria, 16) Tfno. 980 531 417	COLINO GANDARILLAS PELAEZ FRANCO, C.B. (Avda. Portugal, 10) Tfno. 980 533 534
31	FUENTES PASCUAL, AUREA (C/ Maestro Antón 1 (Esq. C/ Villalpando),) Tfno. 980 557 418	FUENTES PASCUAL, AUREA (C/ Maestro Antón 1 (Esq. C/ Villalpando),) Tfno. 980 557 418



Razas de perros Medianos

Quiero un American Pit Bull Terrier, qué necesito saber

El American Pit Bull Terrier (APBT) es una raza con una inmerecida fama de violenta y agresiva. Debido a sus orígenes (fue utilizado como perro de pelea) y al actual mal uso que le dan algunos descerebrados, no es de extrañar que protagonice un sinnúmero de leyendas urbanas en las que es pintado como un monstruo. Contrariamente a esta creencia popular, los dueños del APBT afirman que es un perro de lo más cariñoso y divertido.

Origen

Los orígenes del American Pit Bull Terrier van muy ligados a los del American Staffordshire Terrier. Ambas razas proceden del Staffordshire Bull Terrier, llevado desde Inglaterra a Estados Unidos a finales del siglo XIX. Este perro inglés se usaba básicamente como perro de pelea, y el prestigioso American Kennel Club (AKC) rechazó su inscripción. Debido a esta negativa se fundó el United Kennel Club (UKC), para así poder registrar al que hoy conocemos como American Pit Bull Terrier. Por otra parte, el AKC finalmente decidió registrar estos perros de origen inglés bajo el

nombre de American Staffordshire Terrier, y los crió para que participaran en exposiciones de belleza.

A finales de los años 30, los perros registrados en el UKC y en el AKC eran exactamente la misma raza. Fue durante los 80 que las dos razas tomaron caminos separados, los perros de los diferentes clubes empezaron a desarrollar diferencias tanto en el aspecto físico como en el temperamento y así, cada club empezó a definir su propio estándar.

Comportamiento

El APBT es entusiasta, fiel, divertido, vital, protector y de ideas muy fijas. Asimila bien los cambios y se le considera un compañero excelente para los dueños que le puedan dedicar parte de su tiempo. Con los niños es muy tolerante, se dejará manosear por ellos y participará encantado en sus juegos.

Aspecto

El American Pit Bull Terrier es un perro ágil, atlético, fuerte y con una musculatura muy bien definida. Tiene un cuerpo más largo que alto y una cabeza ancha. Sus orejas son de tamaño mediano y las lleva caídas. En muchos países son recortadas en forma de punta, pero en la mayoría no está permitido. La cola es de implantación baja, ancha en la base y se va afilando progresivamente. Su pelo es brillante, liso, corto, tieso y puede ser de todos los colores.

Cuidados específicos

El APBT se puede adaptar bien a la vida en una casa pequeña pero al ser un perro tan enérgico, es necesario sacarlo a dar largos paseos cada día y proporcionarle sesiones de juego regulares. Se lo debe empezar a sociabilizar desde cachorro.

Salud

El American Pit Bull Terrier es una raza resistente a las enfermedades a pesar de tener cierta predisposición a las afecciones de piel.

Consejos para comprar un American Pit Bull Terrier

Buscar un cachorro por Internet conlleva riesgos. Para tener clara la profesionalidad del criadero con quien contactéis, os recomendamos que...

Os aseguréis de que responde vuestras dudas, que se descubre conocedor de la raza (que asiste a exposiciones caninas), y que se ofrece a realizar un seguimiento del cachorro después de la venta. ¿Se implica, o se limita a fijar un precio?

Veáis si está recomendado por otros criadores, o si tiene referencias de clientes satisfechos.

Os aseguréis de que tiene afijo, que sus perros están inscritos en el LOE y tienen pedigree en regla. Tened en cuenta que tramitar el pedigree de un cachorro no es nada caro, desconfiad de frases tipo "si te lo doy con pedigree te va a salir mucho más caro".

Os dé garantías en relación a problemas de salud, físicos, hereditarios... ¿Entrega el cachorro con cartilla veterinaria, chip, vacunas, desparasitaciones y revisiones veterinarias al día?

Le pidáis que os muestre sus instalaciones y os deje ver a los ejemplares ¿Están éstos libres de enfermedades?

Y por último, recordad que los cachorros necesitan un mínimo de dos meses junto a su madre antes de ser entregados. Desconfiad de quien quiera acelerar el proceso.

Además, siempre hay que tener muy en cuenta los cuidados que requiere vuestra futura mascota. Tomad nota:

En el caso de los American Pit Bull, su mantenimiento estético es poco exigente comparado con otras razas.

Cepillado semanal con cepillo de goma.

Se debe bañar cada seis u ocho semanas.

No requiere de corte de pelo.

Hay que cuidar sus ojos, orejas y dientes.

Se debe acudir al veterinario con la frecuencia que se requiera, y tener siempre al día sus vacunas.

Por otro lado, la raza American Pit Bull requiere de mucho ejercicio diario.

De igual forma no hay que olvidar las posibles patologías de la raza:

Displasia de cadera





Momentos

Peregrina Flor

Incomunicación

Liberarse de la inseguridad humana

Tomando manzanilla y tila espero salir de mi situación, de estas altas montañas y volar lejos, con taza de porcelana deseo despegar, irme con la imaginación... no llegar a la desesperación. Son basura, pero el café es rico, con sacarina y leche condensada, me libraré durante unos segundos de la inseguridad humana, el miedo, el rencor... El chocolate oscurito, la tila clarita, el descafeinado, el vienés, con nata... siempre el café. Líquido que se toma solo mientras pasan las horas del día... interminables, tortura fina... que me hacen pensar esto que escribo, en la incomunicación en la que vivo.



Las desconocidas historias de algunos de los edificios más conocidos de Zamora

El Hospital Virgen de la Concha, la Universidad Laboral, el colegio Sagrado Corazón de Jesús o el Medalla Milagrosa. Están ahí. Los vemos a diario y ni nos damos cuenta de que, tras toneladas de piedra está la historia de la propia sociedad zamorana y española. Todo lo que ha acontecido en la sociedad reciente de nuestro país está reflejado en edificios como el Colegio Divina Providencia o el Hospital Virgen de la Concha. Porque más allá del afamado románico que embellece las calles de la capital hay todo un catálogo de edificios, fundamentalmente religiosos, que se alzan como algunos de los ejemplos arquitectónicos más representativos de nuestro país en los años cincuenta, y que no están teniendo el calado que merecen.

Por todo esto, el profesor Rafael Ángel García-Lozano ha publicado su nuevo libro: *Arquitectura y arte de las órdenes religiosas en Zamora, 1939-1975*, promovido por el Instituto de Estudios Zamoranos Florián de Ocampo y que recoge algunas de las historias de estos edificios zamoranos, sus técnicas arquitectónicas y el porqué de su importancia histórica y artística. EL ESPAÑOL - Noticias de Castilla y León ha charlado con él para que desvele algunas pinceladas de estas interesantísimas historias que encierran los dos hospitales públicos, algunos de los colegios a los que los zamoranos llevan acudiendo durante generaciones y así hasta 30 edificios contemporáneos de Zamora planificados y construidos para nuestra ciudad entre 1939 y 1975.

Universidad Laboral

Uno de esos ejemplos más claros es la Universidad Laboral. Rafael García-Lozano ya recogía en un trabajo anterior la importancia de esta infraestructura a nivel arquitectónico. La Universidad Laboral "es uno de los quince mejores edificios de la arquitectura de los años cincuenta". Su construcción comenzaba en 1948 y finalizaba en 1952 y su creación fue promovida por Carlos Pinilla y con Luis Moya como su arquitecto principal.

El profesor zamorano destaca que la singularidad de este edificio reside en cada uno de sus detalles. Desde el equipo de arquitectos, la composición o la volumetría hacen de la 'Laboral' un edificio muy valioso de la arquitectura de los cincuenta, en un

momento de la historia donde solo se construyeron otros dos edificios de tal envergadura: el Ministerio del Aire Madrid y la Universidad Laboral de Gijón). El centro educativo se compone de un conjunto de edificios ubicados en un solar con una superficie de unos 31.500 m², diseñados al estilo herreriano, que se caracteriza por su rigor geométrico, la relación matemática entre los distintos elementos arquitectónicos, los volúmenes limpios, el predominio del muro sobre el vano y la ausencia casi total de decoración.

Hospital Virgen de la Concha

Y no lejos de allí está el Hospital Virgen de la Concha. Lugar al que tanto zamoranos como vecinos de la provincia han acudido alguna vez en su vida. Curiosidades de la historia, mientras ahora Zamora sangra por una despoblación fragante fue previsamente el gran nivel de población en Zamora capital durante los años cincuenta lo que provocó la creación de este conocido entonces como Hospital Provincial. Era el Instituto Nacional de Previsión (creador de la Seguridad Social) quien realizaba por aquellos años un plan de estructura sanitaria a nivel nacional y Zamora lograba entrar en él, junto a apenas una veintena de ciudades españolas. Así, el Virgen de la Concha era una de las primeras infraestructuras de este tipo en España, gracias de nuevo a la iniciativa de Carlos Pinilla.

Diseñado por Martín José Marcide (arquitecto del Hospital de La Paz en Madrid), pese a ser del año 1957 llegó a recoger las características de esa arquitectura imperialista de los cincuenta y cuyos detalles hacen del hospital zamorano una pieza única y singular. El autor del libro invita a fijarse especialmente en la peculiar escalera cilíndrica, el capitel que corona el edificio y una distribución que a día de hoy sería impensable. Y es que el Virgen de la Concha tiene hasta ocho plantas de altura, "un edificio muy ambicioso para el lugar que ocupaba Zamora en el contexto nacional", ya que en la actualidad los centros hospitalarios apenas tienen tres o cuatro plantas.

Colegio Divina Providencia

En la calle de la Reina, pegando a la Plaza Mayor, se ubica el Colegio Divina Providencia. Otro de estos edificios que encierra una interesante historia, y que supone toda una innovación en la arquitectura religiosa del siglo XXI. El arquitecto responsable de esta obra es Fray Coello de Portugal. Todo un adelantado a su tiempo, que incorporó un estilo artístico al colegio zamorano más típico de los años sesenta y setenta, pese a encontrarse en plena década de los 50. De hecho, el arquitecto y sacerdote incluye algunas reformas arquitectónicas en este edificio, como el altar separado de su capilla o la ausencia de decoración, que más adelante quedarían aprobadas en el II Concilio Vaticano.

Colegio Santísima Trinidad en Pinilla

El profesor Rafael García-Lozano destaca en su libro "la ingente labor" que la Iglesia Católica realizó en la sociedad zamorana. El profesor invita a poner en valor la arquitectura religiosa de la provincia más allá de los templos y a reconocer el aporte social y vital que las congregaciones religiosas tuvieron en la ciudad y provincia de Zamora.

Algo que ejemplifica especialmente la historia del Colegio Santísima Trinidad de Pinilla. También en los años 50, la margen izquierda del Duero no contaba con ningún centro educativo. Esto significaba que todos los niños de Pinilla, Cabañales, San Frontis o el Sepulcro tenían que cruzar el puente para ir al colegio. Narra su publicación que la Congregación de las Hermanas del Amor de Dios "detectaron esa necesidad y decidieron promover la construcción de un colegio" en el barrio de Pinilla. Se trata de un centro "muy modesto", pero cuya construcción asumieron económicamente las propias monjas y al que acudían los niños de forma completamente gratuita. Algo que, recalca el autor, ocurría en más ocasiones con centros escolares o residencias de mayores.

Estos son solo cuatro ejemplos de la treintena que recoge el trabajo de Rafael García-Lozano, cuyo libro considera que es "muy amable de leer" y que, además, ha concebido "como un servicio a la sociedad, que puede sonar pedante pero no lo es". Y es que el profesor considera que toda su investigación "va a revertir en la sociedad". Por un lado para ayudar a los arquitectos cuando tengan que intervenir o rehabilitar este tipo de edificios, ya que pueden acudir a su publicación en busca de documentación y detalles técnicos; y por otro para los propios zamoranos. Y es que "cuando vemos una cosa todos los días perdemos perspectiva de ella". Por ello este libro puede ayudar a los zamoranos a "valorar" estos edificios que están en su día a día "y no damos el lugar que se merecen".

Como reflexión final, el profesor invita a los zamoranos e instituciones a "aprender a mirar más allá de la piedra". Rafael García-Lozano reflexiona sobre la protección que se le ha dado a ciertos edificios o monumentos que solo se valoran por su antigüedad, mientras que se desprecian de algún modo otras construcciones más modernas como la antigua capilla del Hospital Provincial o la vieja fábrica de harinas de ronda de la Feria y actualmente ya demolidas. El autor pone como ejemplo de esta conservación solo por antigüedad el colector proyectado por el arquitecto municipal Segundo Vitoria en 1880, y que aparecía tras la liberación de parte de la Muralla de Zamora y el cual el Servicio de Patrimonio de la Junta de Castilla y León recomendaba que se preservara. "No tiene valor artístico ni arquitectónico", sentencia.



Calle Villalpando, 42-nave 49005 Zamora

980 57 01 45 - 605 80 18 60

Zamora

Correr 24 horas por Hugo, el nuevo reto de Gaspar Cadenas

El atleta zamorano **Gaspar Cadenas** será el encargado de realizar la prueba en la que correrá durante un día entero en el que todo lo recaudado irá para la Asociación de Enfermedades Raras Corriendo con el Corazón por Hugo. **El evento se realizará en las pistas de la Ciudad Deportiva los días 6 y 7 de noviembre, desde el sábado a las 12:00 hasta las 12:00 horas del domingo.**

La propuesta de hacer una prueba así en Zamora viene de lejos, Gaspy se pone en contacto con la Asociación con la idea de realizar un Ultrafondo en Zamora pero la pandemia hizo que se tuviera que retrasar, con la mejora en los datos y el visto bueno de las autoridades, se podrá llevar a cabo.

Se trata de dar visibilidad a la Asociación e intentar que los zamoranos conozcan todo lo que hay detrás de una carrera como estas. La organización todavía está pendiente de la normativa COVID para poder comunicarlo y que el público pueda asistir a cualquier hora del día, un evento que también contará con animación y música. La prueba también se retransmitirá en directo por la plataforma Twitch.

El desarrollo de la prueba consiste en correr ininterrumpidamente durante las 24 horas, el único que estará en pista durante ese tiempo será Gaspar, que se verá acompañado durante distintos tramos por algún corredor, con un máximo de 5 personas en el recorrido. Esto también servirá al atleta zamorano como preparación para su cita con el campeonato 24 horas de Barcelona en diciembre.

Para los más curiosos, la alimentación se hace toda sobre pista y solo habrá una parada técnica de diez minutos para ingerir algún sólido y aplicar un masaje si fuese necesario.

La preparación es exhaustiva durante todo el año para poder estar en plenas condiciones y finalizar una prueba tan exigente sin ningún tipo de molestias. Gaspar es un habitual de estas carreras y se aventura a realizar la primera Ultrafondo en Zamora con con la esperanza de que se pueda repetir en siguientes ediciones.

El presidente de la Diputación, Francisco Requejo se ha comprometido a correr junto a Gaspar Cadenas durante algunos kilómetros de esta prueba de ultrafondo que se desarrollará en las instalaciones de la ciudad deportiva de Zamora.

200 CAMISETAS CONMEMORATIVAS

La Diputación financiará la adquisición de 200 camisetas conmemorativas de la prueba en la que se incluirá el logotipo institucional. Igualmente, el presidente de la

institución se ha comprometido a correr junto a Gaspar Cadenas durante algunos kilómetros de esta prueba de ultrafondo que se desarrollará en las instalaciones de la ciudad deportiva de Zamora.

Gaspar Cadenas, está recabando el apoyo institucional y de la sociedad zamorana para dar visibilidad a la labor social que se está llevando a cabo desde la Asociación de Enfermedades Raras Corriendo con el Cozaron por Hugo.



YA TENEMOS FECHA

Días 6 y 7 de Noviembre

**Desde las 12 am del Sábado
Hasta las 12 am del Domingo**

**En las pistas deportivas de la
Ciudad Deportiva**

Ininterrumpidamente

**24 HORAS
POR HUGO**

 WWW.CORRIENDOPORHUGO.COM

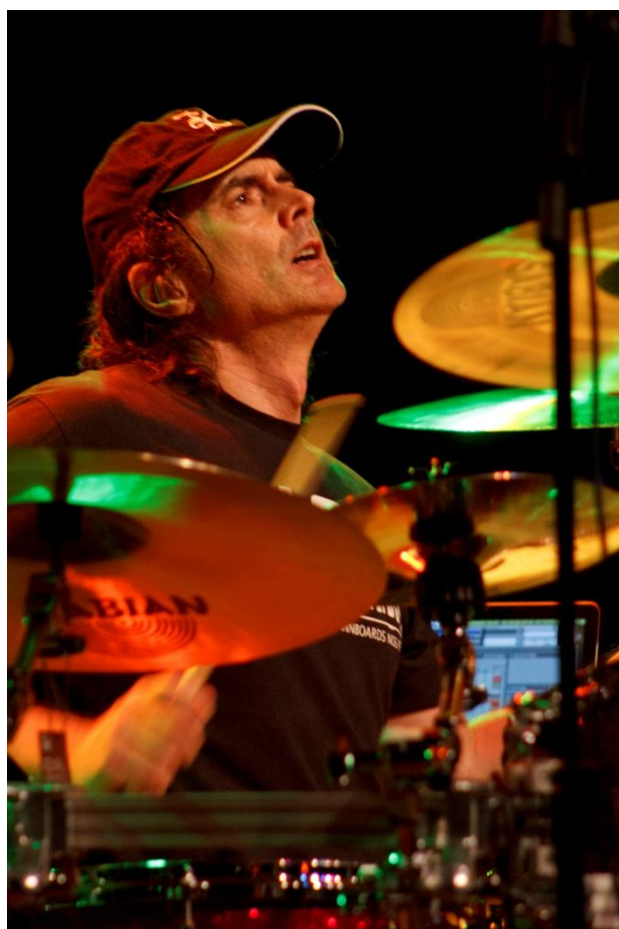


Virgil Donati

Virgil Donati (22 de octubre de 1958) es un músico australiano, baterista destacado por ser sumamente cuidadoso y limpio en la técnica. Ha grabado varias clínicas de baterías en VHS y DVD. Ha estado numerosas veces en Montreal en el festival de bateristas. Nació en Melbourne Australia, y a la edad de 3 años sus padres vieron en él un interés por la música muy particular (dado que su papá era músico), por esto Virgil tuvo su primera batería.

él un interés por la música muy particular (dado que su papá era músico), por esto Virgil tuvo su primera batería.

Su primera banda se llamó "Taste" y la formó a los 15 años. Esto le dio experiencia en estudio ya que grabaron un par de demos aparentemente. A partir de los 16 años se dedicó pura y exclusivamente al arte de la música. A los 19 años viaja a EE. UU a estudiar batería y clases de composición, para volver a la edad de 21 años a Australia y desde ahí en adelante tocó con gente en el área del Jazz, Rock y Pop. Entre los años '80 y '90 fue inclinándose más para el género de la música progresiva, formando bandas como Loose Change. Hoy en día ya es un músico conocido y muy respetado. Tocó con artistas como Steve Vai, Tribal Tech, Frank Gambale, Allan Holdsworth, Derek Sherinian, Mick Jagger, Joss



Stone.

En 1999, Donati fundó la banda On the Virg y lanzó el instrumental y complejo álbum *Serious Young Insects*, disco fundamental en la música instrumental que ha influenciado altamente a muchos bateristas alrededor del mundo. El álbum fue realizado en Melbourne, Australia, a través de Vorticity Music. Colaboró con los músicos Phil Turcio, Simon Hosford, Eviropides Eviropidou. Mientras los artistas invitados fueron T.J Helmerich, el bajista Ric Fierrabracci y el virtuoso guitarrista Brett Garsed. Virgil Donati comentó con respecto a su proyecto: "Yo había estado tocando con On The Virg muchos años antes de mudarme a los Estados Unidos. Y pensé que sería una vergüenza no poder grabar la banda para la posteridad. En una de mis visitas de regreso, "Vorticity (Records)" aprovechó para hacerme una oferta para

grabar. Y entonces nosotros finalmente fuimos adelante con esto durante 2 años, después de que me mude a Estados Unidos. Lógicamente esto era un problema, porque la mayoría de los chicos estaban en Australia. Entonces ellos grabaron sus partes sobre una guía programada de batería. Los ADAT (Alesis Digital Audio Tape) me fueron enviados, y fueron transformados en 24 tracks digitales. La batería fue grabada en Los Angeles. TJ Helmerich grabó las baterías y mixeo el álbum. En ese tiempo yo use un kit Premier Genista con un Brady Snare (14X8 Block Jarrah). Yo estaba feliz con el resultado de la grabación. Esta fue la primera vez que yo toque música progresiva con la libertad que quería."

En 1999 Virgil Donati fue contratado por el Ex-Tecladista de Dream Theater, Derek Sherinian. No fue solicitado solo como baterista sino como Coescritor, con fin de realizar el álbum debut de Derek Sherinian, titulado "Planet X". Contaron con el guitarrista Brett Garsed, y el conocido bajista Tony Franklin, con los que seguirán colaborando a lo largo de los años en diferentes oportunidades. Si bien Virgil Donati contribuyó ideas para la composición del álbum realizando un trabajo magnífico, se destacó la canción "Space Martini", la cual posteriormente en el año 2005 fue incluida en el álbum Drum Nation Volume 2, el cual recopila piezas virtuosas e infaltables de grandes bateristas/compositores, como Terry Bozzio, Simon Phillips y Dennis Chambers.

Planet X

La colaboración con Derek Sherinian se transformó en la banda Planet X, que realizaron junto al mundialmente virtuoso y aclamado guitarrista Tony MacAlpine, así mismo colaborando con el respetado bajista Tom Kennedy para su disco debut. Mayormente junto a Derek Sherinian han publicado tres álbumes de estudio. Universe en el año 2000, la cual contiene piezas complejas como "King of the universe", o canciones menos progresivas y comerciales como "Europa". Virgil Donati compuso enteramente la canción "Dog Boots", la cual hasta hoy en día es una obra que influencia y sorprende a muchos bateristas en el mundo, destacándose el uso prolijo del doble bombo. En 2002 se presentó junto a sus compañeros en "The Corner", situado en Melbourne. Esa misma noche grabaron su primer álbum en vivo titulado "Live from Oz", contaron con el bajista Dave LaRue. Posteriormente en el mismo año lanzaron Moonbabies, el cual fue producido por el virtuoso baterista Simon Phillips, al cual Virgil Donati admira mucho. Virgil Donati compuso 6 canciones del álbum; se destacan altamente "Ground Zero", que fue inspirada en el 11 de septiembre, día del atentado terrorista a las Torres Gemelas, y en la que Simon Phillips aportó ideas. Se destaca la canción "Ignotus Per Ignotium" por la complejidad de la pieza. Quantum se lanzó en 2007, toda la música del álbum fue compuesta por Virgil Donati, excepto "Space Foam" (Derek Sherinian, Rufus Philpot). El guitarrista Allan Holdsworth había sido originalmente contratado para figurar en la mayoría de las canciones, pero al final no pudieron terminar el proyecto al borrarse accidentalmente

el material grabado. Como resultado, sus solos de synthtaxe y guitarra permanecen únicamente en "Desert Girl" y "The Thinking Stone". Brett Garsed es el guitarrista principal del álbum. El baterista Mike Mangini clasificó el álbum "Quantum" como uno de los más influyentes de batería para él.

Ring of Fire

Entre los años 2001 y 2004, Virgil Donati participó junto a Tony MacAlpine en un proyecto fundado por el virtuoso tecladista Vitalij Kuprij, nombrado Ring of fire. En el mismo estuvo Philip Bynoe, bajista ganador del Grammy-award y el vocalista Mark Boals. Junto realizaron tres álbumes de estudio: The Oracle (Avalon, 2001). Dreamtower (Frontiers Records, 2002). Lapse of Reality (King Records, 2004). La banda grabó un DVD en vivo titulado Burning Live in Tokyo (Frontiers/Marquee, 2002).

Clínico

En 2004, fue elegido como el baterista clínico N°1 del año por los lectores de la revista popular de batería "Modern Drummer". Virgil es conocido por tener una vida dedicada a la música.

Seven the Hardwa

Durante el año 2009 Virgil siguió colaborando junto a Tony MacAlpine. Convocaron a la guitarrista argentina Stefanía Daniel, y formaron la banda "Seven the Hardway". En la misma nuevamente apareció Mark Boals en las voces, así como el bajista Doug Shreeve. El álbum debut fue homónimo, se publicó en agosto de 2010, y fue mezclado por el mundialmente reconocido Roy Z, quien participó no solo como productor sino como guitarrista a lo largo de muchos años con artistas como Bruce Dickinson y Rob Halford. El álbum fue masterizado por Maor Appelbaum.

Audición en Dream Theater

En octubre de 2010 audicionó para integrar la banda Dream Theater luego de la salida de Mike Portnoy, pero no salió seleccionado.

Kiko Loureiro

Colaboró con el guitarrista brasileño Kiko Loureiro Ex-Angra y Megadeth, para su álbum solista Sounds of Innocence el cual fue lanzado en 2012. Virgil realizó un aporte excelente apareciendo en todas las canciones del álbum.

In this life

En el año 2013 Virgil Donati escribió y lanzó In this life, como un álbum bajo su propio nombre. Es una obra de metal/fusión instrumental desafiante, llena de acordes oscuros, con cambios complejos de tiempo y melodías que dan la sensación de estar

flotando en el espacio. El álbum mismo empuja los límites de la capacidad humana por lo que el propio Virgil Donati ha demostrado ser capaz de hacer.

Virgil Donati utiliza baterías **DW**, platillos Sabian, cuerpos Remo y baquetas Vater. Usó y colaboró con la conocida marca Pearl durante 20 años, y luego firmó contrato con DW drums.

-Bass drum: 22x18

-Toms: 10x9, 12x9, 14x12

-Floor Toms: 16x16, 18x16

-Snares: 14x5, 10x4 (Sopranino)

-Vater Virgil Donati's Assault sticks

-Signature Urban Boards Virgil Donati drumming shoes (Brazil)



Zamora Spirit estuvo con Virgil Donati, uno de los mejores bateristas actuales, que actuó el pasado 12 de septiembre en el Teatro Principal.

Como es habitual, Virgil nos dejó esta dedicatoria para nuestros lectores, muchas gracias, fue un gran placer el concierto.

Now I understand the meaning
of 'Zamora Spirit'!

I can feel it in the city, the
people, and the food.

I am privileged to have had
this experience!

Thank you

Wendy ~~Orta~~

El virus está evolucionando para convertirse en aerotransportado

Un nuevo estudio muestra que las personas infectadas con el virus que causa el COVID-19 exhalan virus infecciosos en su aliento, y que las infectadas con la variante Alfa ponen entre 43 y 100 veces más virus en el aire que las personas infectadas con las cepas originales del virus

Medición de virus en el aliento exhalado de pacientes con COVID 19 usando el Gesundheit II. UNIVERSITY OF NOTTINGHAM

Los resultados de un nuevo estudio dirigido por la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Maryland, en Estados Unidos, muestran que las personas infectadas con el virus que causa el COVID-19 exhalan virus infecciosos en su aliento, y que las infectadas con la variante Alfa (la cepa dominante que circulaba en el momento en que se llevó a cabo este estudio) ponen entre 43 y 100 veces más virus en el aire que las personas infectadas con las cepas originales del virus.

Los investigadores también descubrieron que las telas holgadas y las mascarillas quirúrgicas reducían la cantidad de virus que entraba en el aire alrededor de las personas infectadas en aproximadamente la mitad, según publican en la revista 'Clinical Infectious Diseases'.

"Nuestro último estudio proporciona una prueba más de la importancia de la transmisión por el aire --destaca el doctor Don Milton, profesor de salud ambiental en la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Maryland (UMD SPH)--. Sabemos que la variante Delta que circula ahora es aún más contagiosa que la variante Alfa. Nuestra investigación indica que las variantes siguen mejorando en su viaje por el aire, por lo que debemos proporcionar una mejor ventilación y usar máscaras ajustadas, además de la vacunación, para ayudar a detener la propagación del virus".

La cantidad de virus en el aire procedente de las infecciones de la variante Alpha era mucho más -18 veces más- de lo que podría explicarse por las mayores cantidades de virus en los hisopos nasales y la saliva.

Uno de los autores principales, el estudiante de doctorado Jianyu Lai, explica que "ya se sabía que el virus en la saliva y los hisopos nasales aumentaba en las infecciones de la variante Alfa. El virus de la nariz y la boca podría transmitirse mediante la

pulverización de grandes gotas cerca de una persona infectada. Pero nuestro estudio muestra que el virus en los aerosoles exhalados aumenta aún más", resalta.

Estos importantes aumentos del virus en el aire de las infecciones por Alpha se produjeron antes de la llegada de la variante Delta e indican que el virus está evolucionando para viajar mejor por el aire.

Para comprobar si las mascarillas funcionan a la hora de impedir que el virus se transmita entre las personas, este estudio midió la cantidad de SARS-CoV-2 que se respira en el aire y comprobó la cantidad de virus que exhalaban en el aire las personas enfermas de COVID-19 después de ponerse una mascarilla de tela o quirúrgica.

Las cubiertas faciales redujeron significativamente las partículas cargadas de virus en el aire alrededor de la persona con COVID-19, reduciendo la cantidad en aproximadamente un 50%, pero el paño suelto y las mascarillas quirúrgicas no impidieron que el virus infeccioso pasara al aire.

La doctora Jennifer German, una de las coautoras, apunta que "los mensajes que se pueden llevar a casa de este trabajo son que el coronavirus puede estar en tu aliento exhalado, está mejorando para estar en tu aliento exhalado, y el uso de una máscara reduce la posibilidad de que lo respire en otros".

Esto significa que para proteger a las personas que trabajan de cara al público y en espacios interiores es fundamental adoptar un enfoque por capas de las medidas de control (que incluya una mejor ventilación, mayor filtración, saneamiento del aire con rayos UV y máscaras ajustadas, además de la vacunación).





Científicos vaticinan cómo y cuándo podría morir el Sol

Al sol todavía le quedan unos 10.000 millones de años y cuando muera se convertirá en gas y polvo, es decir, en una nebulosa planetaria.

El Sol tiene aproximadamente 4.600 millones de años, calculado según la edad de otros objetos del Sistema Solar que se formaron en el mismo tiempo. Hasta el momento, la comunidad científica pensaba que cuando el sol muriese, se convertiría en una especie de nebulosa planetaria, es decir, una luminosa burbuja de gas y polvo.

Ahora, según recoge Science Alert, el cadáver más probable para el Sol sí será una nebulosa planetaria, pero “más masiva” de lo que se pensaba. Basándose en las observaciones de la vida de otras estrellas, los astrónomos creen que al sol le quedan unos 10.000 millones de años más de vida. En otras palabras, ese es el tiempo que le queda a la humanidad para averiguar cómo salir de la Tierra y, sobre todo, hacia dónde dirigirse.

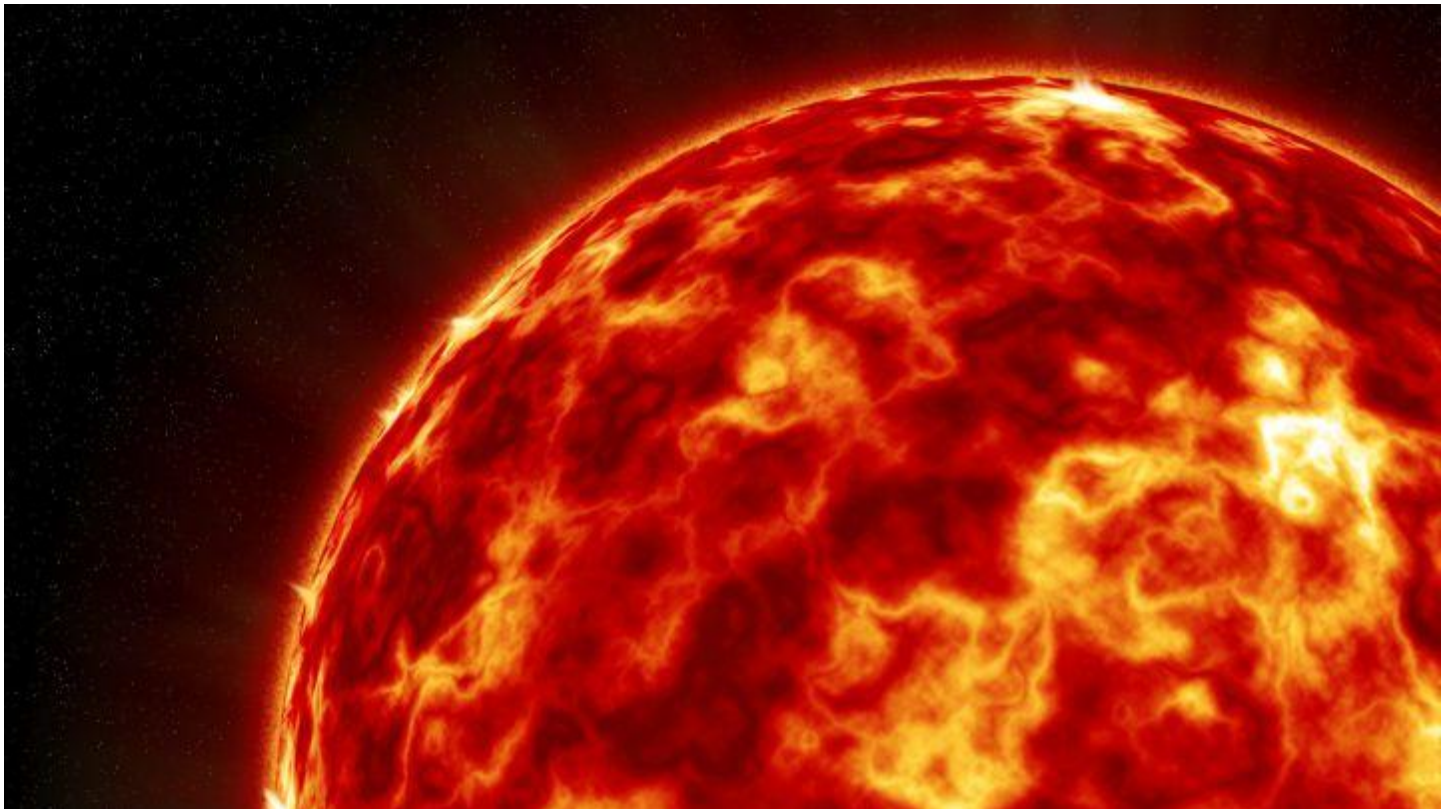
En realidad, la humanidad tiene algo menos de tiempo, y no estará en la Tierra para presenciar la muerte del Sol, ya que la estrella aumenta su brillo un 10% cada mil millones de años, aproximadamente. Hasta que muera, el Sol todavía tiene que convertirse en una estrella gigante roja para después, probablemente, transformarse en una enana blanca.

¿Qué es una nebulosa planetaria?

"Cuando una estrella muere, expulsa una masa de gas y polvo, conocida como su envoltura, al espacio. La envoltura puede ser hasta la mitad de la masa de la estrella. Esto revela el núcleo de la estrella, que en este punto de la vida de la estrella está funcionando sin combustible, eventualmente apagándose y antes de finalmente morir", explicó el astrofísico Albert Zijlstra de la Universidad de Manchester en el Reino Unido, uno de los autores del artículo.

Es decir, cuando el sol muera, pasará a ser una nebulosa planetaria, una gran nube de polvo y gas, este último compuesto principalmente por hidrógeno y helio, según el portal AstroAfición. Existen diferentes tipos de nebulosa, como las que se forman cuando nace una estrella o las que se generan cuando mueren. El telescopio Hubble publicó en su perfil de Twitter el aspecto de la nebulosa planetaria Hen 2-437: presenta unas alas simétricas que son las capas externas gaseosas características de una estrella moribunda.

Las nebulosas planetarias reciben este nombre porque su apariencia es muy similar a la de un planeta. Son comunes en el Universo observable, y ya se conocen algunos casos: la Nebulosa Helix, la Nebulosa Ojo de Gato, la Nebulosa del Anillo y la Nebulosa Burbuja.





Tras una etapa previa durante la Guerra Civil Española en la que se llamaba simplemente Noticieros, el NO-DO se creó por acuerdo de la Vicesecretaría de Educación Popular del gobierno, con fecha del 29 de septiembre de 1942 y por resolución, de la misma, del 17 de diciembre del mismo año, (BOE 22-12-1942), «con el fin de mantener, con impulso propio y directriz adecuada, la información cinematográfica nacional».

Zamora Spirit, comienza esta sección, recordando desde el primero al último, estos noticieros cinematográficos llamados **NO-DO**.

[VER NO-DO](#)

NOT. 46

PUNTOS DE INTERÉS

00:01:01 JACHTMANN, PILOTO ALEMAN, ESTABLECE UNA NUEVA MARCA DE VUELO SIN MOTOR

00:02:48 CINE Y TEATRO

00:04:28 BELGICA

00:05:24 EL MINISTRO SECRETARIO GENERAL DEL PARTIDO EN HUESCA

00:07:00 FRENTE DE GUERRA

00:08:14 LAS TROPAS ALEMANAS OCUPAN LA ISLA DE CORFU

00:09:45 EL CAUDILLO EN EL ANIVERSARIO DE AUXILIO SOCIAL





NOTICIARIOS y DOCUMENTALES CINEMATOGRAFICOS

NO-DO

NOTICIARIO N.º 46 A

DEPORTES. En una piscina de California actúan los mejores nadadores y saltadores de trampolín americanos.

Torneo de lucha libre en el Frontón Fiesta Alegre de Madrid.

Jachtmann, piloto alemán, establece una nueva marca de vuelo sin motor.

CINE Y TEATRO. Destacados directores y artistas de la pantalla española interpretan «Don Juan Tenorio».

BELGICA. Efectos del bombardeo sobre Bruselas.

EL MINISTRO SECRETARIO GENERAL DEL PARTIDO EN HUESCA. Imposición de medallas a los camaradas de la Vieja Guardia y gran desfile.

FRENTES DE GUERRA. El V Ejército norteamericano opera entre Salerno y Battipaglia.

Las tropas alemanas ocupan la isla de Corfú.

EL CAUDILLO EN EL ANIVERSARIO DE AUXILIO SOCIAL. Se inauguran en Madrid dos Centros que podrán albergar quinientos niños.





El Camino de San iago

Camino del Norte

Etapa 4: Etapa de Deba a Markina-Xemein

Km 0. Deba (Todos los servicios)

Cruzamos las vías y posteriormente la ría. Junto a ella tomamos la carretera GI-638 que se dirige a Mutriku y en 150 metros cogemos un desvío a mano izquierda que señala Buztiñaga. Aquí dan comienzo las primeras rampas. Un carril de cemento, primero, y una senda entre laureles, madroños y avellanos y toda suerte de especies caducifolias, después, conducen hasta el caserío Pikoaga. La visión del mar y el ambiente rural de prados y cabañas de ganado reconfortan hasta la ermita del Calvario de Maia. El lugar, con la vista parcial de Mutriku, bien merece un respiro. Además, hay una fuente algo escondida, detrás del muro y señalada como Iturria, fuente en euskera.

Km 4,4. Ermita del Calvario de Maia (Albergue-Bar-Tienda a corta distancia. Asador)

Retomamos la marcha por la pista asfaltada, jalonada por el vía crucis, pasamos el asador Azkenetxe y cruzamos la carretera GI-3330. A la vera del itinerario encontramos otra fuente. A finales de marzo de 2014, Nerea y Gaizka inauguraron un albergue que cuenta con bar y una pequeña tienda. Una excelente opción, sobre todo para aquellos que no hayan dormido en Deba. Enseguida nos sumergimos en una senda sombría donde tendremos que sortear varias portillas de madera. Una mancha de encinar cantábrico se expande aquí sobre la caliza y, ya saliendo a una zona abierta, presidida en el collado por una nave ganadera, admiramos levemente el mar, al que diremos adiós hasta la playa de la Arena en Pobeña, en la etapa 8. En breve, sorteamos un último portillo y cruzamos la GI-3562 para alcanzar por pista la cercana Olatz, perteneciente al municipio de Mutriku.

Km 8,3. Olatz (Bar)

En este barrio ganadero se encuentra el bar-restaurante Zelaieta, (único establecimiento donde reponer fuerzas hasta Markina) Te indicamos el teléfono por si quieres consultar horario 943 60 45 95. Dejando a un lado la ermita de San Isidro, la señalización oficial marca "Arnoate 5,5 km", progresamos en compañía del arroyo Anu. En un giro a la izquierda nos despedimos de su cauce y seguimos ascendiendo por pista y más tarde por bosque hasta superar tímidamente la barrera de los 500 metros de altitud. En plena subida pondremos pie en Bizkaia (Km 11,2), aunque no se ve señalización alguna de la muga, y ya en descenso, por pista, llegamos al caserío Damukorta, donde es posible que podamos llenar la cantimplora, ya que hay un manantial cercano (Km 13,3). Continuamos la pista hasta el caserío y collado Arnoate, donde podemos realizar otra parada y refrescarnos en la fuente a cobijo del sol o la lluvia.

Km 14,2. Collado Arnoate (Fuente)

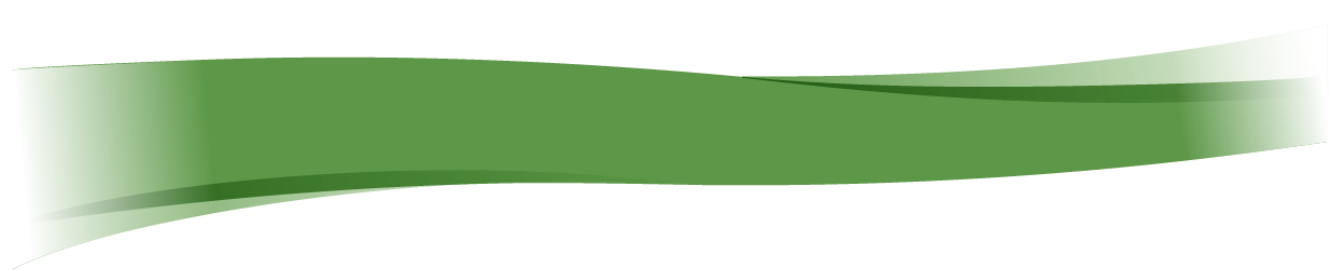
En este punto giramos la derecha para seguir por un sendero 'rompepiernas' que recorre esta vertiente y pasa junto al derruido caserío Sakoneta (Km 16,3). Finalmente llegamos a una pista que transita junto a los caseríos Atzorinzabal (Km 17,8) y Amulategi (Km 18,7). Nada más pasarlo nos desviamos a la izquierda y acometemos una rampa brutal, sobre todo por la sorpresa que provoca, que se merienda de un plumazo un desnivel de 60 metros. Una vez superada tenemos acceso al valle del Artibai y comenzamos a bajar por una pista hasta un rellano, donde salimos por la derecha para librar la parte más complicada de la bajada. Se hace larga y conviene medir los pasos e ir con precaución porque tiene un ¡fuerte desnivel! y si ha llovido puede complicarse mucho. Termina junto a un prado que conduce hasta el barrio de Arretxinaga, donde se localiza la torre Barroeta, una vivienda fortificada de los siglos XIV y XV, y la ermita de San Joaquín y Santa Ana (Km 23,2).

A la vera del Camino también se sitúa la ermita de San Miguel de Arretxinaga, del XVIII y de planta hexagonal. Merece al menos una visita breve para ver su origen: las tres piedras que forman la capilla y guardan equilibrio entre sí. Tras pasar dos puentes sobre el río Urko vamos de frente por la avenida Arretxinaga y después giramos a la izquierda por la calle Artibai. En esta tomamos la primera a la derecha, la calle Osteko, que nos lleva hacia el albergue del convento de los Padres Carmelitas. María Luisa también acoge peregrinos (ver observaciones) y ,desde 2012, Markina-Xemein también cuenta con el albergue privado Intxauspe.

Km 24,3. Markina (Todos los servicios)

QUE VER

Información completa sobre Turismo de Markina-Xemein en:





Mis Viajes Fotográficos

Luis F. Guerrero

Rota

La villa de Rota, por su situación costera, ha sido un lugar de paso de distintas culturas y civilizaciones, si bien, establecer el origen de la población es difícil por los escasos restos arqueológicos encontrados en su término, no obstante, los pocos existentes se remontan a la Prehistoria, en especial a la época de los Metales, de la que se ha encontrado una importante Necrópolis.

La primera denominación conocida es "Astaroth", que vendría a significar "Puerto de Asta", siendo "Asta Regia", una de las más importantes ciudades de la civilización Tartésica. Con la invasión romana, cambió su nombre a "Oraculum Menestei" y posteriormente a "Speculum Rotae". La civilización árabe la denominó "Rabeta Ruta", y los conquistadores cristianos la llamaron "Rotta"; y de ahí, su actual nombre.

Fue Sancho IV, "El Bravo", quien cedió inicialmente la Villa a Alonso Pérez de Guzmán, "El Bueno", en premio de su heroica hazaña en la defensa de Tarifa, quien a su vez la dona como regalo de boda a su hija Isabel, al contraer matrimonio ésta, con Fernán Pérez Ponce de León, Maestre de Alcántara y primer señor de Marchena. Es por lo tanto en 1303 cuando Rota pertenece a los Ponce de León, constando en la Historia la visita a la Villa de los Reyes Católicos, alojándose éstos en el Castillo de Luna. Durante esta visita le concedieron a D.Rodrigo Ponce de León, el título de Marqués de Cádiz, y se organizaron para homenajear a los invitados, torneos de Caballeros y corridas de toros.

Fallecido en 1780 el último de los Ponce de León el XI Duque de Arcos, sin dejar sucesión, pasó al Ducado de Osuna, siendo abolido este señorío en 1823.

Hoy Rota es una ciudad moderna y cosmopolita, en la que se encuentra tranquilidad y armonía, sólo interrumpido por el rítmico latir de las olas del mar.





Bultaco, Derbi, Vespa, Honda... Las motos que hicieron soñar a la generación X

Los hombres y mujeres nacidos a finales de los sesenta estrenaban juventud justo cuando España comenzaba a abrirse al mundo, y cuando lo hacía también el mercado motociclista

Durante los años 70 y 80, la moto era un elemento que se hizo muy popular entre los jóvenes como herramienta para socializar, entre otros aspectos

Hoy en día, si le preguntas a cualquier chico o chica de la "generación Z" -es decir, la nacida entre el año 2000 y el 2010- si prefiere un buen "smartphone" o una buena "tablet" a una moto, casi con toda certeza la inmensa mayoría responderá que se queda con los dispositivos electrónicos. Y en parte es comprensible. No en vano, han crecido ya en una sociedad completamente digitalizada en la que los jóvenes se relacionan y socializan a través de aplicaciones que les permiten charlar y verse en tiempo real sin problemas de distancia y sin tener que salir de casa.

Pero para los jóvenes de la denominada "generación X" -la que vio la luz a finales de los sesenta-, la mejor y más eficaz manera de socializar, conocer chicas o chicos y convertirse casi de inmediato en el referente del grupo de verano o de los colegas del barrio era tener una moto. Esta te garantizaba altas probabilidades de éxito entre el sexo opuesto e incluso la posibilidad de escapar un poco al ojo vigilante de los padres, en alguna escapada furtiva vivida con la misma emoción que la de Steve McQueen en "La gran evasión".

Ciclomotor, scooter... En realidad, entonces no se hilaba tan fino. Aunque lo que se llevaba en aquella época eran los 2T y los 75 cc -se podían conducir desde los 16 años- en realidad daba bastante igual a la hora de socializar mientras tuviera dos ruedas, fuera "pintona" y sirviera para encajar al ligue de turno en el asiento trasero y llegar hasta el punto de reunión. Lo realmente importante, sin embargo, es que la X fue la primera generación que pudo disfrutar de la moto simplemente para la diversión,

en contraste con la anterior para la cual seguía siendo esencialmente un vehículo económico para ir a trabajar. Con ese espíritu queremos recordar 6 modelos, de varias marcas y cubicajes, que eran “lo más de lo más” que se podía soñar cuando tenía entre 16 y 20 años.



Bultaco Streaker

La Streaker se presentó en 1977, cuando la marca catalana se encontraba ya en una situación agónica y sus responsables hicieron un último intento de ofrecer una pequeña moto deportiva que fuera capaz de competir internacionalmente con propuestas similares. La verdad es que el resultado final fue espectacular y una moto avanzada a su tiempo porque la imagen de la Streaker era agresiva e innovadora y transmitía toda la esencia “carrerista” de la casa del dedo rampante. El motor de 75 cc no era especialmente potente y sólo entregaba 9 CV, pero el chasis multitubular derivado directamente de la competición era tan eficaz en una moto tan pequeña que convertía a la “Bultaquito” en un juguete endiabladamente ágil y divertido. Además, montaba frenos de disco, llantas deportivas de aluminio... Bultaco cerró en 1979, de modo que la Streaker fue su canto del cisne ya que, pese a su poca producción, devino un éxito descomunal entre la juventud más motera.



Derbi Variant

Cualquier adolescente español de principios de los 80 soñaba con tener una Variant. Fue, sin duda, el ciclomotor más “molón” -nótese la intencionada utilización de términos ochenteros- de su momento y el mayor éxito comercial de la desaparecida casa de Martorelles, que vivió durante buena parte de su trayectoria empresarial de las extraordinarias ventas en todo el mundo del Variant. El declive del modelo y del concepto de ciclomotor tradicional fue también el principio del fin de la marca catalana. Lanzado en 1977, el Variant era realmente muy avanzado técnica y estéticamente, con novedades como arranque eléctrico o intermitentes y un motor monocilíndrico inclinado 15 grados que corría muchísimo -hoy sería completamente ilegal-, considerablemente más potente que su competidor Vespino y a años luz de la anticuada Mobylette. De hecho, todavía hoy sigue siendo considerado uno de los mejores diseños de ciclomotor de la historia.



Puch Cobra

Si la Variant era la “moto” de los pijitos y de los clubs náuticos, la Puch Cobra era la de los “malotes” de barriada y los tipos duros... Aunque eso mismo la hacía extrañamente atractiva. Fabricada en la factoría Puch Abelló de Gijón bajo licencia de la marca austríaca, la Cobra fue la primera “moto grande” de muchísimos chavales que dejaban el ciclomotor para alucinar con los 75 cc y 10 CV de potencia de esta enduro ligera que, sin embargo, resultaba muy fácil ver en ciudad. Cuando apareció en el mercado en 1978 no era en absoluto una moto barata; su precio estaba alrededor de las 75.000 pesetas, una cantidad considerable teniendo en cuenta que un sueldo medio mensual en aquel momento rondaba las 35.000. La Cobra era, por encima de otras cuestiones, una moto virtualmente indestructible y capaz de adaptarse a todo.



Honda MBX 75 Hurricane

Para muchos jóvenes la llegada de las marcas japonesas a España cobró todo su verdadero sentido con la llegada del sueño de toda una generación: la MBX 75 Hurricane. Esta fue la primera máquina diseñada específicamente para el público más joven con el logotipo del ala dorada en el depósito, y eso para un país que durante décadas había visto solamente Bultacos, Montesas, Sanglas y demás, representaba de verdad una nueva etapa. España ya era oficialmente un mercado motociclista moderno gracias a la MBX y el entusiasmo tras su lanzamiento en 1983 fue tal que Honda decidió producirla en las instalaciones de Esplugues y apostar incluso por una copa monomarca de la que salió el mismísimo Álex Crivillé. Su precio era de verdadero objeto de lujo: casi 244.070 pesetas pero es que la moto era lo nunca visto en 75cc; un motor refrigerado por líquido y lleno de par, que tiraba a cualquier régimen, entregaba 12 CV y llegaba a los 110 km/h, frenos de disco, suspensión trasera Pro-Link...



Honda SH 75 Scoopy

Sería imposible hablar de una máquina “bandera” de la generación X y no incluir al primer SH -siglas de “Small Honda”, la pequeña Honda- Scoopy. Su heredero sigue liderando el mercado tras treinta años y siete generaciones después pero ninguna revolucionó tanto el mercado ni cambió tanto las reglas del mercado scooter en nuestro país como la primera, presentada en 1984. El mismo día de su presentación los concesionarios ya tenían miles de encargos. Por primera vez, en España se veía un scooter carrozado totalmente de plástico, con fondo plano, ruedas altas y una imagen alejada de todo lo conocido hasta el momento. En realidad su motor 75 no era especialmente potente -sólo daba 7 CV- pero el conjunto era tan ligero y manejable y todo resultaba tan funcional que el público entendió muy rápido el concepto del scooter y de inmediato fue “adoptado” por la colonia motera barcelonesa como uno de los símbolos de la moderna Ciudad Condal .



Vespa 75 PK

A principios de los 80 Piaggio decidió modernizar la imagen de su Vespa Primavera y lanzar, sobre la misma base, la PK. Se trataba de dar una réplica a los scooter nipones. El scooter -fabricado en las instalaciones madrileñas de MotoVespa- incorporaba intermitentes alimentados por batería y un nuevo sistema eléctrico desarrollado por Ducati. El scooter se presentó en 1983 y llegó en el momento justo para enamorar a la nueva generación de españoles. Coincidió con el momento del gran desembarco de las mujeres en las dos ruedas, que encontraron en la compacta PK el scooter ideal y Piaggio -que supo leerlo muy bien- apostó por la llegada de los colores vivos a sus motos y la reivindicación de la vida urbanita y de eso que ahora se llama “life style” en vez de estrictamente a la economía. Ya no se conducía una Vespa por ahorrar sino porque era “cool”.

La Senda del Duero

Provincia de Soria










Etapa 01: Fuentes del Duero – Vinuesa

El inicio del camino

Desde su nacimiento en las Fuentes del Duero hasta su desembocadura en Oporto, el Río Duero recorre 900 kilómetros, incluidos los 170 kilómetros de trayecto por tierras portuguesas. Durante su curso, el Duero discurre por impresionantes enclaves monumentales, testigos de la importancia del río a lo largo de su historia; y visita bellos espacios naturales, creados por la acción de sus aguas. La primera etapa de la Senda del Duero transcurre inicialmente por la ladera más meridional del Pico Urbión, por un paraje de alta montaña dominado por los pastizales y los escarpes rocosos. Después continúa por extensos bosques de pino albar, de importancia tal que dan nombre a esta Comarca de Pinares, y acompaña al río en su vertiginoso descenso.

Itinerario

Fuentes del Duero – Duruelo de la Sierra – Salduero – Molinos de Duero – Vinuesa

MIDE		GR 14 Camino Natural la Senda del Duero	
		Etapa 1: Fuentes del Duero - Vinuesa	
 horario	9 h. 40 min.	 3	severidad del medio natural
 desnivel de subida	290 m.	 2	orientación en el itinerario
 desnivel de bajada	1.241 m.	 3	dificultad en el desplazamiento
 distancia horizontal	35,5 Km.	 4	cantidad de esfuerzo necesario
 tipo de recorrido	ida		
Condiciones normales. Tiempos estimados según criterios MIDE, sin paradas.			

Recorrido

De las Fuentes del Duero a Duruelo de la Sierra | 10,7 Km. – 2 h. 50 min.

La cuenca del valle meridional que desciende desde el Pico Urbión, excavada por antiguos glaciares, recoge el agua proveniente de la montaña y da origen al Río Duero. En este valle, a 2160 metros de altitud y a escasa distancia del Pico Urbión, surgen, al abrigo de unas peñas, las Fuentes del Duero, un modesto manantial donde se inicia la primera etapa del Camino Natural de la Senda del Duero, que acompaña al río en su discurrir hasta la frontera con Portugal.

El paisaje de montaña

El itinerario desciende por la margen derecha del incipiente curso de agua que va creciendo con el aporte de los innumerables arroyuelos que se despeñan por los escarpes de la Sierra de Urbión, desde los altos penachos de las cumbres hasta el valle. El paisaje es grandioso y permite al viajero divisar hacia el Sur, por encima de las sierras de Resoma, Cabrejas e Hinodejo, las tierras llanas de Almazán y Gómara. Al fondo, en el horizonte, se halla la Sierra de Guadarrama y Somosierra.

El trazado discurre próximo a los riscos de Peñas Blancas, aprovechando las innumerables trochas que el ganado ha abierto en busca de los mejores pastizales. Después, el sendero se introduce en un hermoso paraje dominado por el pino albar (*Pinus sylvestris*.) y desciende hasta el Refugio del Bunker, fácilmente reconocible por su singular apariencia.

La Senda del Duero prosigue su descenso, compartiendo trazado con el Sendero Iber Soriano GR 86.1, por una amplia pista forestal. Tras pasar por la Fuente y el Refugio del Berro, el camino continua por la pista asfaltada que conduce hasta el Paraje de Castroviejo.

Castroviejo, un paraje encantado

El Río Duero nace en la vertiente meridional de la Sierra de Urbión, en el término soriano de Duruelo de la Sierra. Esta sierra, que ocupa una superficie aproximada de 400 Km², presenta una disposición alargada. Hacia el oeste queda delimitada por el Puerto del Collado que la separa de la Sierra de Neyla. Hacia el este el Puerto de Santa Inés la separa de la Sierra Cebollera. Y, hacia el sur se prolonga por la Sierra de Umbría y la Sierra de Duruelo.

En la cima de la sierra se yerguen desnudos picos en los que ha quedado marcada la huella del pasado glaciar en forma de lagunas, antiguas morrenas que atrapan las aguas procedentes del deshielo. Entre ellas, la más conocida y accesible es la Laguna Negra. Cantada por poetas, se halla rodeada por oscuros farallones verticales, que le confieren un aspecto mágico. Otras, como la Laguna Larga, la Laguna Helada, la Laguna del Hornillo o la Laguna de Urbión, completan el escenario palustre que caracteriza el cresterío.

Sin embargo, las laderas de la sierra se hallan salpicadas de rocas. En estos conglomerados el agua ha tallado, por disolución de las partes carbonatadas,

marmitas espectaculares, puentecillos esbeltos, corredores asombrosos y castillos encantados. El paraje de Castroviejo atesora tal cantidad de formas caprichosas que bien se merece una visita por parte del viajero.

El curso medio

Después de recorrer ochocientos metros por la calzada, el itinerario gira hacia la izquierda y se interna en el pinar por un antiguo arrastradero de madera. Durante el pronunciado descenso no resultará difícil observar algún ciervo (*Cervus elaphus*) o corzo (*Capreolus capreolus*). Además, durante el otoño resultará sencillo descubrir innumerables variedades de setas como los apreciados níscalos (*Lactarius deliciosus*) y los deliciosos boletus (*Boletus* spp.).

Al llegar al lugar de Las Huertas el desnivel se suaviza y el sendero discurre por corredores rodeados de pinos y poblados de helechos (*Pteridium aquilinum*) y zarzamoras (*Rubus fruticosus*). El trazado desemboca en el Camino de la Mata, por donde continúa la Senda del Duero hasta alcanzar las calles de Duruelo de la Sierra.

De Duruelo de la Sierra a Salduero | 20,1 Km. – 5 h. 30 min.

Situado en el corazón de la Comarca de Pinares, los orígenes de Duruelo de la Sierra se sitúan la Edad del Bronce. Entonces el pueblo celtibérico de los pelendones se estableció en el valle del Río Duero al amparo de los refugios naturales que proporciona la Sierra de Urbión. Dentro del caserío destaca la Iglesia de San Miguel Arcángel construida, entre los siglos X y XVII, entorno a una necrópolis medieval de tumbas antropomorfas excavadas en la roca.

El río tranquilo

El Camino Natural abandona Duruelo de la Sierra tomando la carretera CL-117. Después de vadear el Río Triguera, el itinerario gira a la izquierda y alcanza un frondoso pinar de pino silvestre. En este punto La Senda del Duero abandona el trazado del Sendero Iber Soriano GR 86.1 y se adentra en el bosque en busca de la margen derecha del Río Duero.

El camino desciende una pequeña ladera por un tramo de escaleras de madera y continúa por una zona de pradería. En ella se desarrolla un exuberante sotobosque al abrigo de las esbeltas copas de los pinos.

Al alcanzar el paraje de Las Tozas, la Senda del Duero deja a la izquierda el antiguo Puente de Santo Domingo. Datado en el siglo XII y declarado Bien de Interés Cultural, es el más antiguo de la zona. Fue construido con sillares de arenisca formando una gran bóveda de medio punto con alargados estribos y tablero de grandes losas.

Los caminos carreteros

Continuando por la margen derecha del río, el viajero alcanza, tras un pequeño trecho, el Puente de los Arrieros. Su nombre alude a la floreciente actividad carretera que se desarrolló en la zona entre los siglos XVI y XVIII. Su portentosa fábrica presenta tres ojos, con tajamares triangulares aguas arriba y contrafuertes semicirculares aguas abajo.

El sendero vadea el cauce y cambia de margen. En este punto el Duero, todavía aprendiz de río, presenta un lecho rocoso con innumerables cantos rodados, muy adecuado para la freza de la trucha (*Salmo trutta*). La vega es estrecha: apenas unos metros de pradera separan el curso de las laderas rocosas, tapizadas de musgo. Los pinos, que lo colonizan todo, proporcionan a carboneros (*Parus major*), agateadores (*Certhia brachydactyla*) y arrendajos (*Garrulus glandarius*) un hábitat ideal para anidar.

Por la vaguada del Cerro del Pozo de San Millán el viajero podrá descubrir, próximos a la Fuente de la Lobera, unos antiquísimos muros ciclópeos vinculados al aprovechamiento ganadero. Sin embargo, algunos investigadores sitúan su origen en la cultura celtíberica. Luego, el río se adentra en un pequeño cañón. El trazado lo sorteja mediante unas escaleras y alcanza el Puente de la Arenilla. Éste se sitúa en las inmediaciones del área recreativa del Ayuntamiento de Covalada en cuyo caserío sobresalen la Iglesia de San Quirico y la Iglesia de Santa Julita.

La Senda del Duero vadea el río y discurre por el Camino de la Morciguilla hasta el Puente de Soria. Enclavado en el antiguo camino de Covalada a Soria, este extraordinario puente del siglo XVII, fue una de las principales vías de comunicación utilizadas por la industria de la carretería para transportar madera y lana.

Carreteros y carretas

Desde el siglo XV hasta el siglo XVIII el comercio y transporte de lana, sal, carbón, aceite, vino y metales hacia las zonas portuarias estimuló la existencia de arrieros. Tan importante fue esta actividad que los Reyes Católicos crearon en 1497 la “Cabaña Real de Carreteros”. En el año 1629 se le añadió los cabañiles, constituyendo la “Cabaña Real de Carreteros, Trajineros, Cabañiles y sus derramas”. Desde el principio se concedieron a los arrieros privilegios y franquicias tales como pastos en las dehesas comunales y tala de troncos para las reparaciones de las carretas.

Muchos pueblos de la Comarca de Pinares se dedicaron a la construcción de carreteras y al cuidado de bueyes y animales de tiro. Pero la localidad de Molinos de Duero fue uno de los enclaves más importantes de este tráfico, llegando a tener una cabaña de 2700 bueyes que tiraban 872 carretas; el mayor número de cabezas de tiro de la carretería española.

La riqueza que se produjo en la zona durante aquellos años puede verse todavía hoy en los innumerables ejemplos de arquitectura pinariega que se conservan: Casas señoriales, palacios y caserones con amplios zaguanes para carga y descarga. La mayoría de estas edificaciones, muchas de ellas blasonadas, tienen una entrada con arco, balcones corridos de madera, ventanas con forja, amplios aleros y preciosos patios interiores.

El paisaje serrano

En este punto se abre un angosto valle entre la Sierra de Resoma y la Sierra de Urbión por cuyo fondo corre rápido el Río Duero. El Camino de la Moricquilla sortea la hondonada adentrándose por la Sierra de Resoma. El pino desaparece y paulatinamente da paso a un agreste monte de rebollos (*Quercus pirenaica*) donde los pinzones (*Fringilla coelebs*) y herrerillos (*Parus caeruleus*) alegrarán el oído del viajero.

En el paraje del Ranchal de la Machorra el camino se bifurca. La Senda del Duero prosigue por el ramal de la izquierda, por la ladera septentrional de la Sierra de Resoma.

Al llegar al lugar del Salegar del Calvo la pista se termina. Pero el Camino Natural asciende pronunciadamente por un antiguo arrastradero de madera, una bonita vereda que desemboca en un amplio camino forestal donde la Senda del Duero vuelve a compartir trazado con el Sendero Iber Soriano GR 86.

El itinerario discurre por los parajes de El Hornillo y Peñas Rubias y desemboca en otro camino forestal. La Senda del Duero continúa por el ramal de la izquierda hasta el puesto de vigilancia forestal del Pico del Águila. Desde este elevado promontorio se divisan unas extraordinarias vistas sobre la Sierra de Urbión y el Embalse de la Cuerda del Pozo.

El descenso es pronunciado pero en poco tiempo el Camino Natural llega al Puente Carretero de Salduero. Sauces (*Salix* sp.), chopos (*Populus* sp.) y majuelos (*Cataegus monogyna*) jalonan el paseo fluvial que recorre esta bella localidad por ambos márgenes, conectadas mediante dos filas de grandes piedras que, asentadas sobre el cauce del río, permiten el paso peatonal de un lado a otro.

De Salduero a Molinos de Duero | 0,8 Km. – 15 min.

Ubicado en la falda meridional de la Sierra de Duruelo, en un valle estrecho y encajado, el pueblo de Salduero tiene sus orígenes en el siglo XI, cuando aparece asociado, con el nombre de Salguero, al Monasterio de la Valvanera. El caserío alberga un cuidado conjunto de arquitectura tradicional en el que sobresale la Iglesia de San Juan de Duero que aún conserva una bonita capilla gótica; y también un extraordinario puente carretero sobre el Río Duero.

El itinerario abandona Salduero por la pista asfaltada que, siguiendo la margen derecha del río, conduce a la Ermita del Santo Cristo. Acompañado de un vía crucis de piedra, tras un breve trayecto, el Camino Natural alcanza la localidad de Molinos de Duero.

De Molinos de Duero a Vinuesa | 3,9 Km. – 1 h. 5 min.

El pasado viajero de Molinos de Duero está presente en la multitud de casas blasonadas, de amplio zaguán para guardar las carretas. El caserío contiene diversos edificios emblemáticos como la Real Posada de la Mesta y la Iglesia de San Martín de Tours, de inusual planta de cruz griega, que se construyó entre los siglos XVI y XVII.

La vivienda tradicional

La vivienda tradicional de la Comarca de Pinares se caracteriza fundamentalmente por la cocina pinariega, con una gran chimenea cónica que cubre toda la estancia. La planta baja es de mampostería, con sillares en puertas y ventanas. La planta superior es de entramados de colondas y adobe.

No obstante, en la Edad Moderna la vivienda aumenta sus dimensiones y se ubica aislada o pareada, con amplios espacios alrededor. Su fábrica se enriquece y sus puertas se agrandan para permitir el paso de las carretas. Durante el siglo XVII el vano se salva con dobles dinteles. El inferior se apoya en ménsulas en las que se inscriben fórmulas de salutación aludiendo al año de construcción y a los propietarios de la vivienda. En los últimos años de siglo comienzan a aparecer los arcos de medio punto. También se amplía la fachada de piedra hasta el tejado y se abren vistosos balcones.

El pantano de la Cuerda del Pozo

El itinerario abandona Molinos de Duero por el este. Cruzando la carretera CL-117 por debajo del puente sobre el Río Duero, y toma la calzada romana que se dirige hacia el pueblo de Vinuesa. Durante este tramo, perfectamente enlosado, todavía pueden observarse los surcos que el trañín de las carretas marcó sobre las piedras y las inscripciones de quienes ordenaron su construcción.

Entre pinos y sauces, el sendero acompaña al río cuyas aguas comienzan a quietarse al alcanzar la cola del Embalse de la Cuerda del Pozo. Al llegar a la Ermita de San Mateo, si el nivel del pantano lo permite, el viajero podrá observar las ruinas de un bonito puente romano. En este paraje, la Senda del Duero cruza el Embalse de la Cuerda del Pozo por un puente de servicio y entra en Vinuesa por la Cañada Real Galiana.

Nuestros Pueblos

Manganeses de la Polvorosa

Se encuentra situado en la zona norte de la provincia de Zamora, dentro de la comarca de Benavente y Los Valles. Está bien comunicado gracias a la autovía A-52. Al noreste de la localidad se localiza la desembocadura del río Eria en el río Órbigo.

Manganeses cuenta con uno de los más antiguos yacimientos arqueológicos de la zona, situado en el paraje de "El Pesadero", hoy cubierto, considerado por algunos expertos del siglo VII a. de C., aunque también muestra restos de épocas posteriores como astures y romanos. Estos restos han sido puestos en valor mediante la creación de un aula arqueológica en la que es posible ver un recorrido de nueve siglos de existencia de este asentamiento, con la recreación de viviendas o un taller alfarero de la época romana.

Ya en la Edad Media, la historia de Manganeses de la Polvorosa también está ligada a la victoria de los ejércitos de Alfonso III el Magno sobre las tropas musulmanas en la batalla de la Polvorosa en el año 878. Este hecho histórico resultó decisivo para la posterior repoblación de la localidad, que quedó integrada en el Reino de León.

Posteriormente, en la Edad Moderna, Manganeses fue una de las localidades que se integraron en la provincia de las Tierras del Conde de Benavente y dentro de esta en la Merindad de la Polvorosa y la receptoría de Benavente.

No obstante, al reestructurarse las provincias y crearse las actuales en 1833, la localidad pasó a formar parte de la provincia de Zamora, dentro de la Región Leonesa, quedando integrada en 1834 en el partido judicial de Benavente.

Además de su iglesia parroquial, Manganeses de la Polvorosa tiene entre sus riquezas, el yacimiento de La Corona-El Pesadero, donde se documentó un importante asentamiento desde el siglo VII a. de C. y cuyos restos han sido puestos en valor mediante la creación de un aula arqueológica en la que es posible ver un recorrido de nueve siglos de existencia de este asentamiento, con la recreación de viviendas o un taller alfarero de la época romana.

A principios de la década de 1990 estalló una polémica a raíz de una fiesta tradicional del pueblo llamada «salto de la cabra», en la cual los quintos del pueblo tiraban una cabra desde el campanario a una lona sujeta por los mozos del pueblo. La

polémica que despertó el tema en los medios de comunicación hizo que el alcalde prohibiera la fiesta en 2002; esta fiesta sigue celebrándose cada año a finales de enero por san Vicente Mártir, aunque la cabra ya no se lance del campanario y solo se pasee por el pueblo con los quintos, limitándose a tirar desde la torre una cabra de cartón piedra.





Comienzan a probar estas nuevas señales en las carreteras: atento a lo que significan

El experimento empieza en la provincia de Burgos.

El Ministerio de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana ha dispuesto dos nuevas señales en las carreteras españolas que, de momento, forman parte de un experimento para probar su eficacia y el grado de percepción y comprensión por parte de los usuarios.

Por ahora, esas nuevas marcas se han pintado sobre el asfalto en la travesía de Nava de Roa (Burgos) en la N-122, entre los km 293,652 y 294,356.

Por un lado, se dispondrá, en el inicio de la travesía, de una nueva marca vial denominada “dientes de dragón”, que obligará al conductor a reducir notablemente la velocidad de circulación con respecto al tramo precedente, debiendo, a la vez, adaptar la conducción a las nuevas circunstancias del entorno de la carretera.

Por otro lado, se dispondrá de un paso de cebra en la zona con más visibilidad, al que precederán “líneas de borde quebradas”, cuyo objetivo es concienciar al conductor de que se aproxima a una sección particular, por lo que deberá reducir la velocidad.

“La percepción que se tiene de las marcas viales cuando se circula por la carretera es muy distinta de la obtenida en el diseño en papel. Además, la interpretación por parte de cada usuario es muy subjetiva”, señala el ministerio.

“Por ello, los tramos experimentales tienen como objetivo comprobar previamente a la incorporación a la nueva normativa la eficacia de las marcas y el grado de percepción y comprensión por parte de los usuarios”, añade.



La Bocca Di Bacco

Restaurante Italiano

Calle Aire, 5 - Zamora
980 049 448 - 662 558 043



lavacoches
autospa[®]
TAPICERIAS



Telf.: 980 513 842

690 671 655

635 538 213



Cambiar el grifo del fregadero

Vamos a cambiar el grifo que tenemos en el fregadero y vamos a instalar un grifo de fregadero. Os lo mostramos paso a paso.

En esta ocasión vamos a ver un trabajo de fontanería para cambiar el grifo del fregadero por otro. El nuevo fregadero que vamos a instalar será tipo ducha, que nos ayudará a limpiar ciertos elementos de cocina de gran tamaño. A continuación os lo mostramos paso a paso.

Paso a paso para cambiar el grifo del fregadero

La instalación de un grifo de fregadero se puede llevar a cabo con pocas herramientas, pero es necesario conocer de qué componentes consta dicho grifo para determinar lo que usaremos en su montaje. Un despliegue de los componentes nos dará una idea; en primer lugar montaremos el latiguillo al grifo tipo ducha, éste no necesita ya que se aprieta con la mano.

Con el latiguillo unido al grifo se puede entender el sistema que utilizan estos grifos para retornar fácilmente a su emplazamiento junto al monomando. Este consiste en la colocación de un plomo en un punto determinado del latiguillo para favorecer, gracias al peso del plomo, el retorno a la posición inicial. Su montaje se hará con un simple destornillador de estrella fijando el plomo con una brida.

Estamos en el lugar de montaje para la instalación, antes de comenzar a desmontar el grifo existente cortamos el agua cortando las llaves de escuadra que se encuentran en la pared; estas llaves nos proporcionan un corte eficaz del agua sin necesidad de cortar el agua general de la casa y así poder hacer uso del resto de instalaciones durante el tiempo que dure nuestro trabajo.

Desmontamos el grifo que vamos a sustituir comenzando por los latiguillos que están cogidos a las llaves de escuadra. Esta trabajo lo realizamos con una llave fija con un pequeño giro en sentido contrario a las agujas del reloj; en cuanto está flojo el resto de vueltas lo quitamos con la mano, más rápido y más cómodo. Con los latiguillos fuera, aflojamos el tornillo que sujeta el grifo al fregadero con un destornillador de punta plana de tamaño redondo.

Antes de colocar el nuevo grifo montamos sus propios latiguillos, normalmente estos son estándar, por lo que pueden ser iguales a los que acabamos de quitar; su montaje

se hace inicialmente con la mano hasta que la rosca llega al final, el último apretón lo realizamos con una llave fija sin forzar demasiado para evitar dañar la junta tórica que tiene el propio latiguillo.

Es el momento de introducir todo el conjunto por el agujero que tiene el fregadero, de esta manera las últimas conexiones las hacemos por debajo, es un trabajo más incómodo pero totalmente necesario, la primera de estas conexiones será la de los latiguillos de agua caliente y fría que van del grifo a las llaves de escuadra, la única precaución que debemos tener es no equivocarnos con los colores, caliente rojo y frío azul.

El tubo roscado fijo se utiliza tanto para fijar el conjunto al fregadero como para llevar el flujo de agua al grifo; por lógica, hacemos primero la fijación con las piezas que proporciona el propio equipo, es decir, un tubo prolongador y a continuación la tuerca.

Por último, colocamos el latiguillo por donde circula el agua ya mezclada desde el monomando al propio grifo tipo ducha. Gracias a las correspondientes juntas tóricas no tendremos que hacer uso del teflón, tan solo apretar con la fuerza justa lograr la estanqueidad deseada. Volvemos a abrir las llaves de escuadra y el trabajo está terminado.

[VER VIDEO](#)

Casa Cipri
RESTAURANTE

c. Juan II, 3 49011 Zamora

Telf 980 515 871

www.casacipri.com

Especialidades: Lechazo Asado

Bacalao a la Barranquesa

TOSTON ASADO Y MARISCO DE ENCARGO



Alubias blancas (pochas) con carrilleras de cerdo

Ingredientes (4 personas):

1/2 k de alubias blancas (pochas)

4 carrilleras de cerdo

1 cebolleta

1 pimiento verde

1 tomate

2 dientes de ajo

Aceite de oliva virgen extra

Sal

Perejil

Elaboración:

Sazona las carrilleras y dóralas durante 3-4 minutos en una cazuela con un chorrito de aceite (4 cucharadas). Retíralas a un plato y resérvalas.

Pela los ajos y la cebolleta. Lamina los ajos, pica la cebolleta en dados y agrégalos a la cazuela donde has rehogado las carrilleras. Lava el pimiento, retírale el tallo y las semillas, córtalo en dados e incorpóralo a la cazuela. Rehoga las hortalizas hasta que cojan un poco de color (8-10 minutos aproximadamente). Lava el tomate, córtalo por la mitad, rállalo y añádelo. Cocina todo conjuntamente durante 2-3 minutos.

Agrega las pochas y las carrilleras. Cubre con agua y pon a punto de sal. Tapa la cazuela y cocina todo a fuego suave durante 35 minutos. Remueve la cazuela de para que se vayan mezclando los ingredientes.

Sirve las pochas en 4 platos hondos y pon una carrillera en el centro de cada uno. Decora los platos con unas hojas de perejil.

Consejos:

Como estas alubias frescas no necesitan un remojo previo, tenemos la ventaja de que estarán listas en poco tiempo, por lo que podemos elaborarlas en el mismo día.

No debemos introducir una cuchara o pala en la olla para remover (es recomendable utilizar el vaivén del propio recipiente donde las vayamos a cocinar).

Esta receta también se puede hacer con alubias blancas secas. Aunque deberemos tener en cuenta que entonces sí tendremos que ponerlas a remojo desde la víspera.

Chipirones en salsa de cebolla con arroz

Ingredientes (4 personas)

20 chipirones o calamares (750 g)

200 g de arroz

4 cebolletas

3 pimientos verdes

1 tomate maduro

7 dientes de ajo

150 ml de txakoli (o vino blanco)

Aceite de oliva virgen extrasal

Perejil

Elaboración:

Limpia los chipirones, retirándoles la piel (si son de anzuelo no hace falta quitársela porque da buen sabor y buen color al plato). Separa los tubos de los tentáculos (retírales los picos, las plumas y las tintas), las aletas y las corbatas. Enjuégalos bajo el grifo de agua y rellena los tubos con las aletas, los tentáculos y las corbatas.

Calienta una tartera (cazuela amplia y baja) un buen chorro de aceite (5-6 cucharadas). Sazona los chipirones, añade y dóralos un poco (1 minuto por cada lado). Retíralos a un plato y reservalos.

Pela 5 dientes de ajo, lamina y agrégalos a la misma tartera donde has dorado los chipirones. Corta las cebolletas por la mitad, retírales la primera capa, córtalas en dados e incorpóralas. Retira el tallo y las semillas de los pimientos, córtalos de la misma manera y añádelos.

Rehoga todo durante 15 minutos (aprox.). Lava el tomate, córtalo en dados e incorpóralo. Mezcla bien, vierte el txakoli o vino blanco y cocina todo conjuntamente durante 30 minutos.

Pasa las hortalizas por el pasapurés a otra cazuela. Introduce los calamares con el jugo que hayan soltado, y cocínalos durante 2-3 minutos.

Calienta un par de cucharadas de aceite en una cazo, aplasta 2 dientes de ajo (déjalos con piel) y añádelos. Dóralos un poco, agrega el arroz, vierte el agua caliente (la misma cantidad que de arroz),azona, tapa la cazuela y cocínalo durante 10-12 minutos.

Sirve en cada plato una porción de arroz y 5 chipirones (con su salsa). Adorna los platos con unas hojas de perejil.

Flan de dulce de leche exprés

Ingredientes (4-6 personas):

600 ml de leche

250 g dulce de leche

4 huevos

75 g de azúcar

1 cucharada de agua

12 frambuesas

Hojas de menta

Elaboración:

Para hacer el caramelo, pon el azúcar a calentar en una sartén. Vierte 1 cucharada de agua, mezcla y cocina la mezcla hasta que consigas un bonito caramelo tostado. Viértelo en la flanera y espárcelo bien.

Pon el dulce de leche en un bol, vierte la leche poco a poco sin dejar de remover hasta que los dos ingredientes queden perfectamente integrados.

Casca 4 huevos y ponlos en un bol. Bátelos con una varilla manual e incorpóralos al bol anterior (donde está la mezcla de dulce de leche y leche), remueve hasta que los ingredientes queden bien integrados.

Vierte la mezcla a la flanera, tápala e introdúcela en la olla rápida con 2 dedos de agua. Cierra la olla y cuando suba la válvula, cocina el flan a fuego medio durante 8 minutos.

Retira el flan de la olla, deja que se temple y sirve. Adorna los platos con unas hojas de menta y unas frambuesas.

Consejo:

Nosotros hemos utilizado una flanera que tiene tapa, pero si no tenéis una como la nuestra, podéis tapar el flan con un trozo de papel de aluminio de manera que quede bien cerrado.



Cárnicas BoS.

C/ Sol 18

49800 - Toro (Zamora)

Tel: 980 690 642

FAX: 980 690 494

E-mail: info@carnicasbos.com



Agenda

Zamora

Museos de Zamora

MUSEO DE ZAMORA

Plaza de Santa Lucía, 2 Tlfn: 980 516 150

De Julio a Septiembre

- De Martes a Sábados: 10-14 h y 17-20 h - Lunes: cerrado - Domingos y festivos: 10-14 h

De Octubre a Junio

- De Martes a Sábados: 10-14 h y 16-19 h - Lunes: cerrado - Domingos y festivos: 10-14 h

Observaciones

- Entrada General: 1,20€ - Sábados y Domingos: entrada gratuita - Grupos concertados: entrada gratuita

MUSEO DE BALTASAR LOBO

Casa de los Gigantes (Plaza de la Catedral)

- De Martes a Domingos: 10-14 h y 18-21 h - Lunes: cerrado

Observaciones

- Entrada Libre

MUSEO ETNOGRÁFICO DE CASTILLA Y LEÓN

C/ Sacramento (Plaza de Viriato) Tlfn: 980 531 708 Horario de verano

- De Martes a Domingos: 10-14 h y 17-20 h - Lunes: cerrado

Horario de invierno

- De Martes a Domingos: 10-14 h y 17-20 h - Lunes: cerrado

Observaciones

- Entrada General: 3€ - Entrada Reducida: 1€ (Grupos, pensionistas y estudiantes) -

Entrada Gratuita: domingos por la tarde y de martes a jueves de 19 a 20 h

MUSEO DE SEMANA SANTA

Plaza Santa María La Nueva, s/n Tlfn: 980 532 295 Horario de verano

- De Martes a Sábados: 10-14 h y 17-20 h - Lunes: cerrado - Domingos y festivos: sólo de mañanas

Horario de invierno

- De Martes a Sábados: 10-14 h y 17-20 h - Lunes: cerrado - Domingos y festivos: sólo de mañanas

Observaciones

- Entrada General: 4€ - Entrada Reducida: 2€ (solamente para grupos) - Tasa para grabar: 1€

MUSEO DIOCESANO (ENTRADA CONJUNTA CON LA CATEDRAL Y EL MUSEO CATEDRALICIO)

Iglesia de Santo Tomás Horario de apertura

- De Lunes a Sábado: 10-14 h y 17-20 h - Domingos y festivos: 10-14 h

Observaciones

- Entrada General (conjunta con la Catedral y el Museo Catedralicio): 5€ - Sólo

exposición temporal: 1€ - Grupos (+ de 20 personas), jubilados y estudiantes: 3€ -

Entrada gratuita: lunes de 17 a 20 h y parados

Monumentos de Zamora

1º GRUPO: SAN JUAN, SANTIAGO DEL BURGO, SAN ANDRÉS Y SAN ILDEFONSO

Del 9 de Enero al 31 de Marzo

- Martes a Sábados: 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 h

- Domingos: 10:00 a 14:00 h

- Lunes cerrado. Del 1 de Abril al 30 de Septiembre

- Martes a Sábados: 10:00 a 14:00 y de 17:30 a 20:00 h

- Domingos: 10:00 a 14:00 h

- Lunes cerrado.

Del 1 de Octubre al 22 de Diciembre

- Martes a Sábados: 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 h

- Domingos: 10:00 a 14:00 h

- Lunes cerrado.

Observaciones

- Entrada gratuita

2º GRUPO: SANTA MARÍA LA NUEVA, SAN CIPRIANO Y LA MAGDALENA

Del 9 de Enero al 31 de Marzo

- De 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 h

- Domingos: 10:00 a 14:00 h

- Martes cerrado. Del 1 de Abril al 30 de Septiembre

- De 10:00 a 14:00 y de 17:30 a 20:00 h

- Domingos: 10:00 a 14:00 h

- Martes cerrado.

Del 1 de Octubre al 22 de Diciembre

- De 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 h

- Domingos: 10:00 a 14:00 h

- Martes cerrado.

Observaciones

- Entrada gratuita



3º GRUPO: SAN CLAUDIO DE OLIVARES, SANTIAGO DE LOS CABALLEROS, SANTA MARÍA DE LA HORTA Y SAN ISIDORO

Del 9 de Enero al 27 de Marzo

- Viernes y Sábados: 10:30 a 13:30 y 17:00 a 19:00 h
- Domingos: 10:30 a 13:30 h - Del 21 al 24 de marzo: 10:30-13:30 y 17-19 h

Del 1 de Abril al 30 de Junio

- Viernes y Sábados: 10:30 a 13:30 y 18:00 a 20:00 h
- Domingos: 10:30 a 13:30 h

Del 1 de Julio al 30 de Septiembre

- De 10:00 a 14:00 y de 17:30 a 20:00 h
- Domingos: 10:00 a 14:00 h
- San Claudio de Olivares y Santa María de la Horta: lunes cerrado.
- Santiago de los Caballeros y San Isidoro: martes cerrado. Del 1 de Octubre al 22 de Diciembre
- Viernes y Sábados: 10:30 a 13:30 y 17:00 a 19:00 h
- Domingos: 10:30 a 13:30 h

CATEDRAL Y MUSEO CATEDRALICIO (ENTRADA CONJUNTA CON EL MUSEO DIOCESANO)

Del 1 de Octubre al 31 de Marzo -Todos los días de 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 horas. Del 1 al 30 de Abril

- Todos los días de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 horas.

Del 1 de Mayo al 30 de Septiembre

- Todos los días de 10:00 a 20:00 horas.

Observaciones

- Entrada General (conjunta con el Museo Diocesano): 5€ - Entrada Reducida (conjunta con el Museo Diocesano): 3€ - Entrada gratuita: lunes por la tarde (excepto en puentes y festivos), menores de 12 años y "Amigos de la Catedral".

CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE LAS CIUDADES MEDIEVALES

- Martes a Domingos: 10-14 h y 18-21 h. - Lunes: cerrado

Observaciones

- Entrada gratuita - No se permite el acceso 20 minutos antes del cierre

ACEÑAS DE OLIVARES

- Martes a Domingos: 10-14 h y 19-22 h. - Lunes: cerrado

Observaciones

- Entrada gratuita - No se permite el acceso 20 minutos antes del cierre

CASTILLO

- Martes a Domingos: 10-14 h y 19-22 h. - Lunes: cerrado

Observaciones

- Entrada gratuita - No se permite el acceso 20 minutos antes del cierre



Provincia

Monumentos de Puebla de Sanabria

IGLESIA DE NUESTRA SEÑORA DEL AZOGUE

- Del 19 de Marzo, abril, mayo, junio, octubre, noviembre y hasta el 10 de diciembre: viernes de 12 a 14 y de 16 a 18 horas, sábados y domingos de 11 a 14 y de 16 a 19 horas. - Julio, agosto y septiembre: martes a domingos de 11 a 14 y de 17 a 20 horas. Lunes cerrado.

CASTILLO / OFICINA DE TURISMO

Todos los días de 11 a 14 y de 17 a 22 horas.

MUSEO DE GIGANTES Y CABEZUDOS

De martes a domingo de 12 a 14 y de 19:30 a 21 horas. Lunes cerrado.

ESCUELA MICOLÓGICA DE UNGILDE

De martes a viernes de 17 a 19 horas, sábados y domingos de 11 a 14 y de 17 a 19 horas, festivos de 11 a 14 horas. Lunes cerrado.

ERMITA DE SAN CAYETANO

Visitas desde el Castillo (Oficina de Turismo) bajo demanda.

Monumentos de San Martín de Castañeda

IGLESIA

- Marzo: días 24, 25 y 26 de 11 a 14 y de 16:30 a 19:30 horas, mientras que el día 27 abrirá solamente de 11 a 14 horas. - Mayo, junio, septiembre, octubre y noviembre: viernes de 16:30 a 19:30 horas, sábados de 11 a 14 y de 16:30 a 19:30 horas y domingos de 11 a 14 horas. - Julio-Agosto: de martes a domingos de 11 a 14 y de 16:30 a 19:30 horas. Lunes cerrado. - Diciembre: abre los días 2, 3, 4, 6 y 8: viernes de 16:30 a 19:30 horas, sábado, domingo y días 6 y 8 de 11 a 14 y de 16:30 a 19:30 horas. Observaciones - Entrada GRATUITA

Monumentos de Robledo

CENTRO DEL LOBO IBÉRICO DE CASTILLA Y LEÓN

De martes a domingo de 10 a 14 y de 17 a 21 horas. Abierto el lunes 15 de agosto. Visitas mediante cita previa (grupo mínimo de 15 personas). Tfno. 980 567 638 E-mail: entrodellobo@patrimonionatural.org Observaciones - Entrada General: 5€ - Entrada Reducida: 3€

Monumentos de Tábara

IGLESIA DE SANTA MARÍA (CERRADA DEL 28 DE JUNIO AL 6 DE JULIO)

- De martes a sábado de 12:00 a 14:00 horas. Concertar visitas en el teléfono 603 567 153



Monumentos de Carbajales de Alba

MUSEO DEL TRAJE CARBAJALINO

Para concertar visitas contactar previamente en los teléfonos 692 218 141 - 680 846 406 o en el siguiente correo electrónico: amigos@museodeltrajecarbalino.es

Monumentos de El Campillo

IGLESIA DE SAN PEDRO DE LA NAVE

Febrero, octubre, noviembre y hasta el 11 de diciembre Viernes y sábados de 10:00 a 13:30 y de 16:30 a 18:30 horas. Domingos de 10:00 a 13:30 horas. De marzo a septiembre

Martes a domingos de 10:30 a 13:30 y de 17 a 20 horas. Lunes cerrado. - Concertar visitas en el teléfono 675 869 844

Monumentos de La Hiniesta

IGLESIA DE SANTA MARÍA LA REAL

Observaciones - Teléfono: 980 552 092 (Donativo)

Monumentos de Arcenillas

IGLESIA PARROQUIAL

Observaciones - Teléfono: 980 533 176 - 626 728 880 (Donativo)

Monumentos de Pereruela de Sayago

CENTRO DE INTERPRETACIÓN DEL BARRO

Del 15 de junio al 30 de septiembre: de miércoles a domingo de 11 a 14 y de 17 a 20 horas. Domingos de 11 a 14 horas. Para concertar visitas: - Teléfono: 980 551 003 - E-mail: cib@aytopereruela.com

Monumentos de Fermoselle

IGLESIA DE NUESTRA SEÑORA DE LA ASUNCIÓN

- Marzo, abril, mayo, junio, octubre, noviembre y hasta el 11 de diciembre: viernes y sábados de 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 18:30 horas. Domingos de 10:00 a 14:00 horas. - Julio, agosto y septiembre: de martes a domingo de 10:00 a 13:00 y de 17:00 a 20:00 horas. Lunes cerrado.

Monumentos de Toro

COLEGIATA DE SANTA MARÍA LA MAYOR E IGLESIA DEL SANTO SEPULCRO (SEDES DE LAS EDADES DEL HOMBRE 2016)

Del 27 de abril al 14 de noviembre Colegiata de Santa María la Mayor; de martes a viernes de 10 a 14 y de 16 a 20 horas. Sábados, domingos y festivos de 10 a 20 horas. Iglesia del Santo Sepulcro: de martes a viernes de 10:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30 horas. Sábados, domingos y festivos de 10:30 a 20:30 horas. Observaciones - Entrada General: 4€

IGLESIAS DE SAN LORENZO EL REAL, IGLESIA-MUSEO DE SAN SALVADOR DE LOS CABALLEROS, SAN SEBASTIÁN DE LOS CABALLEROS Y SAN JULIÁN

Del 18 de marzo al 10 de diciembre - De martes a domingo de 10:30 a 14:00 y de 17:00 a 19:30 horas. - Lunes cerrado. Observaciones - Entrada General: 1€ cada una.
- Existe la posibilidad de adquirir un bono de 2,50€ para visitar 3 iglesias.

MONASTERIO DE SANCTI SPIRITUS

Del 26 de marzo al 30 de octubre: visitas guiadas de martes a domingos a las 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 16:30 y 17:30 horas. Grupos confirmar visita: 980 69 19 47 - 655 57 99 28 Observaciones - Entrada Individual: 4.50€ - Entrada Grupos: 3€

BODEGA HISTÓRICA D.O. TORO

De martes a domingo de 11:00 a 14:30 y de 16:30 a 20:00 horas. Tfno: 677 07 81 22 Observaciones

- Entrada Individual: 2€ - Menores de 16 años gratis

Morales del Toro

MUSEO DEL VINO

Enero-Marzo: de martes a sábado de 11:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas.

Domingos y festivos de 11:00 a 14:00 horas. Abril-Septiembre: de martes a viernes de 11:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas. Sábados de 11:00 a 20:00 horas. Domingos y festivos de 11:00 a 15:00 horas. Octubre: de martes a viernes de 11:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas. Sábados de 11:00 a 20:00 horas. Domingos y festivos de 11:00 a 15:00 horas. Noviembre-Diciembre: de martes a sábado de 11:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas. Domingos y festivos de 11:00 a 14:00 horas.

Observaciones - Para concertar visita previa: 980 696 763 - Visitas guiadas todos los días a las 11:00, 12:00, 17:00 y 18:00 horas, sujetas a disponibilidad.

Monumentos de Villalonso

CASTILLO DE VILLALONSO

Marzo al 15 de septiembre: sábados de 18:00 a 21:00 horas, domingos de 12:00 a 14:30 horas. 15 de septiembre al 8 de diciembre: domingos y festivos de 12:00 a 14:30 horas. Cualquier día del año concertando cita previa en el 686 474 915.

Observaciones - Entrada General: 2,50€ (Grupos de más de 15 personas:1,50€.

Menores de 12 años y Amigos del Patrimonio:Gratis)

Monumentos de Benavente

IGLESIA DE SANTA MARÍA DEL AZOGUE E IGLESIA DE SAN JUAN DEL MERCADO

- Del 18 de marzo a mayo: viernes y sábados de 10 a 13 y de 17 a 20 horas.

Domingos de 10 a 13 horas. En Semana Santa también abrirá el jueves 24 de marzo de 10 a 13 y de 17 a 20 horas. - Junio a septiembre: de martes a domingos de 10:30 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 horas. Lunes cerrado. - Octubre hasta el 11 de diciembre: viernes y sábados de 10 a 14 y de 16:30 a 18:30 horas. Domingos de 10 a 14 horas.

MUSEO DE SEMANA SANTA DE BENAVENTE

- Para concertar visitas llamar previamente al teléfono 619 346 469 - Precio: 1,50€

HOSPITAL DE LA PIEDAD

- Claustro de 09:00 a 20:00 horas.

Monumentos de Santa Marta de Tera

IGLESIA DE SANTA MARTA Y MUSEO DEL CAMINO

Del 18 de marzo al 31 de agosto: de martes (solamente por la tarde) a domingo de 09:30 a 13:00 y de 17:15 a 20:00 horas. Lunes cerrado. Del 1 de septiembre al 10 de diciembre: de martes a sábado de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 18:00 horas. Domingos de 10 a 14 horas. Lunes cerrado.

Observaciones - Entrada General: 1€

Monumentos de la Granja de Moreruela

MONASTERIO DE SANTA MARÍA DE MORERUELA

De abril a septiembre: de miércoles a domingo de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:30 horas. Lunes y martes cerrado. De octubre a marzo: de jueves a domingo y festivos de 10:00 a 13:50 y de 15:30 a 17:30 horas. Lunes, martes y miércoles cerrado.

CENTRO DE INTERPRETACIÓN DEL CÍSTER DE GRANJA DE MORERUELA (CERRADO DEL 1 AL 16 DE JULIO)

Abril-Junio: abierto miércoles y jueves de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 18:00 horas. Viernes y sábado cerrado. Domingo de 10 a 14 y de 16:30 a 19:30 horas. Lunes y martes cerrado. Julio-Septiembre: abierto de miércoles y jueves de 11:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 horas. Domingo de 12:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 horas. Octubre: abierto de miércoles a viernes de 10:30 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas, sábados y domingos de 16:00 a 19:00 horas. Lunes y martes cerrado. Noviembre-Marzo: abierto lunes, miércoles y viernes de 11:00 a 14:00 y de 16:00 a 18:00 horas, martes y jueves de 11:00 a 14:00 horas. Sábados y domingos cerrado. Observaciones - Cierra el primer domingo de cada mes.

Monumentos de Molacillos

CISTERNAS ROMANAS

Observaciones - Teléfono: 665 586 381

Ruta Arqueológica por los Valles de Benavente

RUTA ARQUEOLÓGICA POR LOS VALLES DE ZAMORA: VIDRIALES, ÓRBIGO Y ERIA: MORALES DEL REY, ARRABALDE, SANTIBÁÑEZ DE VIDRIALES Y GRANUCILLO DE VIDRIALES

De Enero a Junio y de Septiembre a Diciembre - Sábados, domingos y festivos: 11-14 h y 16-19 h Julio y Agosto

- De jueves a domingos y festivos: 11-14 h y 17-20 h

Manganeses de la Polvorosa

- De martes a viernes de 17 a 19 horas, sábados y domingos de 11:30 a 13:00 horas.

Monumentos de Camarzana de Tera

EXPOSICIÓN VILLA ROMANA

Observaciones - De lunes a viernes de 09:00 a 14:00 horas. - Grupos contactar con el Ayuntamiento (Tfno: 980 64 90 06)

Casas del Parque de la provincia de Zamora

CASA DEL PARQUE DEL LAGO DE SANABRIA Y ALREDEDORES (MONTE GÁNDARA)

Enero Abierto sábados y domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 18:00 horas. La Casa del Parque abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 621 872 Febrero Abierto sábados y domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas. La Casa del Parque abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 621 872 Marzo Abierto viernes, sábados y domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas. Abierto del 18 al 27 de marzo (Semana Santa). La Casa del Parque abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 621 872 Abril-Junio Abierto de jueves a domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas. La Casa del Parque abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 621 872 Julio-Agosto Abierto todos los días de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 21:00 horas. Observaciones: - Teléfono: 980 621 872

CASA DEL PARQUE DE SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA (LAGO DE SANABRIA)

Enero Abierto sábados y domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 18:00 horas. Abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 622 042 Febrero Abierto sábados y domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas. Abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 622 042 Marzo Abierto sábados y domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 horas. Abierto del 18 al 27 de marzo (Semana Santa). Abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 622 042 Abril-Junio Abierto sábados y domingos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas. Abrirá todos los días de la semana para grupos con previa reserva. Teléfono: 980 622 042 Julio-Agosto Abierto todos los días de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas. Observaciones: - Teléfono: 980 622 042

CASA DEL PARQUE DE LAS LAGUNAS DE VILLAFÁFILA "EL PALOMAR" (VILLAFÁFILA)

Octubre-Abril Abierto de jueves a domingo y festivos de 10:30 a 14 y de 16 a 19 horas. Mayo-Septiembre Abierto de viernes a domingo de 11 a 14 y de 16 a 19:30 horas. Grupos organizados, abierto previa reserva cualquier día del año (980 586 046).

CASA DEL PARQUE DE ARRIBES DEL DUERO "CONVENTO DE SAN FRANCISCO" (FERMOSELLE)

Enero Cerrado, excepto para grupos con reserva previa en el 980 614 021. Febrero-15 de Junio Abierto viernes y sábado de 10 a 14 y de 16 a 19 horas, y domingo de 10 a 14 horas. 15 de Junio-Septiembre Abierto de martes a sábado de 10 a 14 y de 16 a 19 horas. Domingos de 10 a 14 horas. Octubre-Diciembre Abierto viernes y sábado de 10 a 14 y de 16 a 18 horas, y domingo de 10 a 14 horas. Se atenderán grupos cualquier día de la semana previa reserva en el 980 614 021.

Guías oficiales de turismo

Para conocer **Zamora** y descubrir sus encantos os sugerimos realizar un **recorrido guiado** acompañados por un **profesional**. Los **guías de turismo** habilitados por la **Junta de Castilla y León** ofrecen **visitas guiadas a grupos** y a **turistas individuales** adaptando los itinerarios a los intereses y necesidades personales de cada uno, y llevando a cabo **visitas de un solo monumento, visitas panorámicas, monográficas, diurnas, nocturnas, etc.** Estos servicios ofrecidos por los guías abarcan tanto la ciudad como la provincia de Zamora donde destacan otros conjuntos monumentales como **Toro, Benavente o Puebla de Sanabria**, monumentos únicos como **San Pedro de la Nave** o el **Monasterio de Santa María de Moreruela**, y espacios naturales como las **Lagunas de Villafáfila**, el **Lago de Sanabria** o los **Arribes del Duero**.

ANDRÉS PASTOR, María Pilar

Contacto

Tlf: 616 192 065

Mail: delfinex.pilarandres@gmail.com

ASOCIACIÓN ZAMORANA DE GUÍAS DE TURISMO

Contacto

Tlf: 686 639 551

Mail: guiaszamora@hotmail.com

Web:

<http://www.asociacionguiaszamora.com>

BARTOLOMÉ HERRERA, Antonia M^a

Contacto

Tlf: 652 871 601

Mail: heriame@hotmail.com

BLANCO MIGUEL, Begoña

Contacto

Tlf: 697 581 546

Mail: bblancom64@gmail.com

CARREÑO VELASCO, Manuela

Contacto

Tlf: 617 921 023

Mail: mnolguiaza@hotmail.com

DE LA FUENTE GARCÍA, Magdalena

Contacto

Tlf: 610 769 604

Mail: madafuente@hotmail.com

Web: <http://www.visitazamora.com>

DE LA MANO CALLES, María Isabel

Contacto

Tlf: 980 615 723 / 646 511 388

Mail: isabeldlmc@gmail.com

ENRÍQUEZ OTERINO, María Amparo

Contacto

Tlf: 630 759 867

Mail: aeoterino@hotmail.com

GARCÍA CARBALLO, Cristina

Contacto

Tlf: 625 623 352

Mail: garciacarballo.c@gmail.com

HERNÁNDEZ DEL RÍO, María Cruz

Contacto

Tlf: 615 951 228

Mail: chr58@msn.com

JIMÉNEZ ALONSO, Eva María

Contacto

Tlf: 625 258 062

Mail: monfarra@yahoo.es

Web:

<http://www.visitazamora.vacau.com>

Especialidades: Arte sacro y Enoturismo

LAGUNO CRESPO, M^a Pilar

Contacto

Tlf: 686 294 974

Mail: pilar.greenwhite@hotmail.com

LUIS CORCERO, Rocío

Contacto

Tlf: 639 248 223 – 980 531 129

Mail: rocio@guiaturismozamora.com

Web:

<http://www.guiaturismozamora.com>

Especialidades: Arte sacro y

Arquitectura civil

PÉREZ LUIS, Eneida

Contacto

Tlf: 686 667 665

Mail: eneidaplus@gmail.com

SENÁNDEZ FERNÁNDEZ, Ingrid

Contacto

Tlf: 636 698 239

Mail: ingridsenandez@hotmail.com

SPORTOLETTI MASSONI, Chiara

Contacto

Tlf: 609 882 340

Mail: arteduoero@gmail.com

Web: <http://www.visitazamora.com>

Especialidades: Arte sacro y

Arquitectura civil

TORRECILLA CRESPO, Estrella

Contacto

Tlf: 676 701 022

Mail: estrella@inzatur.com

Web: <http://www.inzatur.com>

VASCO URONES, M^a José

Contacto

Tlf: 616 045 466

Mail: mj.vasco@hotmail.es

HORARIO DE MISAS EN ZAMORA

El horario de misas en Zamora es el siguiente (Estos horarios pueden ser modificados sin previo aviso):

DOMINGOS Y FESTIVOS

MAÑANAS

8:00 h.: Monasterio de Santa Clara

8:45 h.: Convento de Santa Marina

9:00 h.: Parroquia de Lourdes, Parroquia de San José Obrero, Parroquia de San Lázaro, Parroquia de San Lorenzo, Parroquia de San Torcuato, Iglesia del Amor de Dios de Pinilla, Convento del Corpus Christi (El Tránsito), Hogar "Reina de la Paz"

10:00 h.: Catedral, Parroquia de Cristo Rey, Parroquia de María Auxiliadora, Parroquia de Sta. M^a de la Horta, Iglesia del Santo Sepulcro, Monasterio de Benedictinas

11:00 h.: Parroquia del Espíritu Santo, Parroquia de Lourdes, Parroquia de María Auxiliadora, Parroquia de San Frontis, Parroquia de San Juan, Parroquia de San Torcuato, Ermita de Peña de Francia (menos en julio y agosto), Hospital Provincial Hospital "Virgen de la Concha"

11:15 h.: Parroquia de Cristo Rey (menos en julio y agosto)

11:30 h.: Parroquia del Pilar, Parroquia de San José Obrero, Parroquia de San Lázaro, Parroquia de San Lorenzo, Residencia Amor de Dios

12:00 h.: Parroquia de Carrascal, Parroquia del Espíritu Santo (menos julio, agosto y septiembre), Parroquia de Lourdes, Parroquia de María Auxiliadora, Parroquia de la Natividad, Parroquia de San Benito, Parroquia de San Claudio de Olivares (julio, agosto y septiembre), Parroquia de San Ildefonso, Parroquia de San Vicente, Ermita del Carmen del Camino, Iglesia de San Andrés (menos en agosto), Convento de Dominicás Dueñas, Convento de Carmelitas

12:30 h.: Parroquia de Cristo Rey, Parroquia de San Juan, Parroquia de San Lázaro, Parroquia de Sta. M^a de la Horta

13:00 h.: Catedral, Parroquia de Lourdes, Parroquia de María Auxiliadora (menos en julio y agosto), Parroquia de San Claudio de Olivares (menos en julio, agosto y septiembre), Parroquia de San José Obrero (menos en julio y agosto), Parroquia de San Lorenzo, Parroquia de San Torcuato

13:30 h.: Parroquia de San Vicente

TARDES

17:00 h.: Capilla del Cementerio (octubre - marzo)

17:30 h.: Capilla del Cementerio (abril - septiembre)

18:00 h.: Parroquia de Cristo Rey (menos en julio y agosto)

19:00 h.: Parroquia de San Ildefonso

19:30 h.: Parroquia de María Auxiliadora, Parroquia de San Juan

20:00 h.: Parroquia de Lourdes, Parroquia de San Vicente



SÁBADOS Y FESTIVOS

TARDES

17:00 h.: Capilla del Cementerio (octubre - marzo)

17:30 h.: Capilla del Cementerio (abril - septiembre)

18:00 h.: Catedral

19:00 h.: Parroquia de Lourdes (menos en julio y agosto), Parroquia de San Benito, Parroquia de San Ildefonso, Hospital "Virgen de la Concha"

19:30 h.: Parroquia de María Auxiliadora, Parroquia de la Natividad, Parroquia de San Frontis, Parroquia de San Juan, Ermita del Carmen del Camino, Hospital Provincial

20:00 h.: Parroquia de Cristo Rey, Parroquia de Lourdes, Parroquia de San José Obrero, Parroquia de San Lázaro, Parroquia de San Lorenzo, Parroquia de San Torcuato, Parroquia de San Vicente, Parroquia de Sta. M^a de la Horta, Iglesia del Amor de Dios de Pinilla

DÍAS LABORABLES

MAÑANAS

7:50 h.: Monasterio de Benedictinas

8:00 h.: Convento de Santa Clara, Convento de Concepcionistas

8:45 h.: Convento de Santa Marina

9:00 h.: Parroquia de San Torcuato, Convento de Carmelitas y Juanas, Convento del Corpus Christi (El Tránsito)

10:00 h.: Catedral, Parroquia de Cristo Rey, Parroquia de Lourdes (menos en julio y agosto), Parroquia de San Lázaro

11:00 h.: Parroquia de María Auxiliadora, Parroquia de San Juan

12:00 h.: Parroquia de Cristo Rey, Parroquia de Lourdes, Parroquia de San Vicente

12:30 h.: Parroquia de San Torcuato, Residencia Amor de Dios

13:00 h.: Iglesia de Santiago del Burgo

TARDE

16:30 h.: Capilla del Cementerio (octubre - marzo)

17:30 h.: Capilla del Cementerio (abril - septiembre)

19:00 h.: Parroquia del Espíritu Santo (jueves), Parroquia de San Benito, Parroquia de San Claudio de Olivares (miércoles), Parroquia de San Ildefonso, Convento de Dominicas Dueñas, Hospital "Virgen de la Concha"

19:30 h.: Parroquia de María Auxiliadora, Parroquia de la Natividad, Parroquia de San Frontis, Parroquia de San Juan, Ermita del Carmen del Camino

20:00 h.: Parroquia de Cristo Rey, Parroquia de Lourdes, Parroquia de San José Obrero, Parroquia de San Lázaro, Parroquia de San Lorenzo, Parroquia de San Torcuato, Parroquia de San Vicente, Parroquia de Sta. M^a de la Horta, Iglesia del Amor de Dios de Pinilla.



Servicios Sociales Básicos (CEAS)

CEAS CENTRO

Dirección: Plaza de San Esteban, 3 49006 Zamora

Teléfono: 980 548 700 (Ext. 274 y 277) Atención al Público: De 10:00 a 14:00 h (De lunes a viernes). Solicitar cita previa en el horario de atención.

Email: ceascentro@zamora.es

CEAS ESTE

Dirección: C/ Jiménez de Quesada, 5 Zamora

Teléfono: 980 52 32 22 Atención al Público: De 10:00 a 14:00 h (De lunes a viernes). Solicitar cita previa en el horario de atención.

Email: ceaseste@zamora.es

CEAS NORTE

Dirección: Plaza de San José Obrero, 1 49032 Zamora

Teléfono: 980 548 700 (ext. 313) Atención al Público: De 10:00 a 14:00 h (De lunes a viernes). Solicitar cita previa en el horario de atención.

Email: ceasnorte@zamora.es

CEAS SUR

Dirección: C/. Quintín Aldea, 1 A P 4 Local 4 49028 Zamora

Teléfono: 980 53 43 88 / 980 53 43 65 Atención al Público: De 10:00 a 14:00 h (De lunes a viernes). Solicitar cita previa en el horario de atención.

Email: ceassur@zamora.es

CENTROS DE ACOGIDA

Cáritas diocesanas de Zamora

C/ Viriato, 1, 1º (490219) Tef 980-508-994

De lunes a viernes de 9-a 14 preguntar

Cruz roja de zamora

C/ Hernán cortes, 42 (49021) Tef 980-523-300

De lunes a jueves de 9 A 14 preguntar

CENTROS DE SALUD DE ZAMORA

Parada del Molino.

Calle Parada del Molino 2.(49025) tel 980-518-793

Puerta Nueva.

Ronda de Puerta Nueva 6(49017) tel 980-513-341

Santa Elena.

Calle Santa Elena 12 (49007) 980 512—311

Virgen de la Concha.

Av de Requejo nº 31 (490022) 980-513-411

COMPLEJO ASISTENCIAL DE ZAMORA

Hospital Virgen de la Concha.

Av de Requejo nº 35 49022 Tef 980-512-838

Hospital Provincial de Zamora.

Hernán Cortes 40. 49021 tel 980-520-200

Hospital Comarcal de Benavente.

Calle Luisa Mozo, 6 49600 Benavente (49600) 980 631-900

SERVICIOS SOCIALES

Los Servicios Sociales básicos, van dirigidos a todos los ciudadanos y se prestan a través de la red de Centros de Acción Social (CEAS) de Zamora.

Concejalía de Bienestar Social:

Pza de San Esteban nº 3 Tf.: 980 53 61 66 - 980 53 61 74 - Fax: 980 53 40 67

TELEFONOS DE INTERES.

Policía Nacional

Avenida Requejo, 12 - 49030 - Zamora 980 530 462 - 091

Policía Local

Plaza Mayor s/n - 49004 - Zamora 980 531 245 - 092

Guardia Civil

Calle Fray Toribio de Motolinia, 1 - 49007 – Zamora 980 521 100 - 062

Hospital Virgen de la Concha

Avenida Requejo, 35 - 49021 - Zamora 980 548 200

Hospital Provincial Rodríguez Chamorro

Calle Hernán Cortés, 40 - 49021 – Zamora 980 520 200

Hospital Recoletas Zamora

Calle Pinar, 7 - 49023 - Zamora 980 525 258

Centro de Salud Santa Elena

Calle Santa Elena, 12 - 49007 – Zamora 980 535 923

Centro de Salud Parada del Molino

Parada del Molino, S/N - 49025 – Zamora 980 518 793

Centro de Salud Virgen de la Concha

Avenida Requejo, 33-35 - 49021 – Zamora 980 548 239

Centro de Salud Puerta Nueva

Ronda Degolladero, S/N - 49001 - Zamora 980 508 077

Cruz Roja

Calle Hernán Cortés, 42 - 49021 - Zamora 980 523 300

Ambulancias Zamoranas

Carretera Tordesillas, KM 3,500 - 49022 – Zamora 902 300 061

Bomberos

Calle Campo de Marte, S/N - 49007 - Zamora 980 527 080

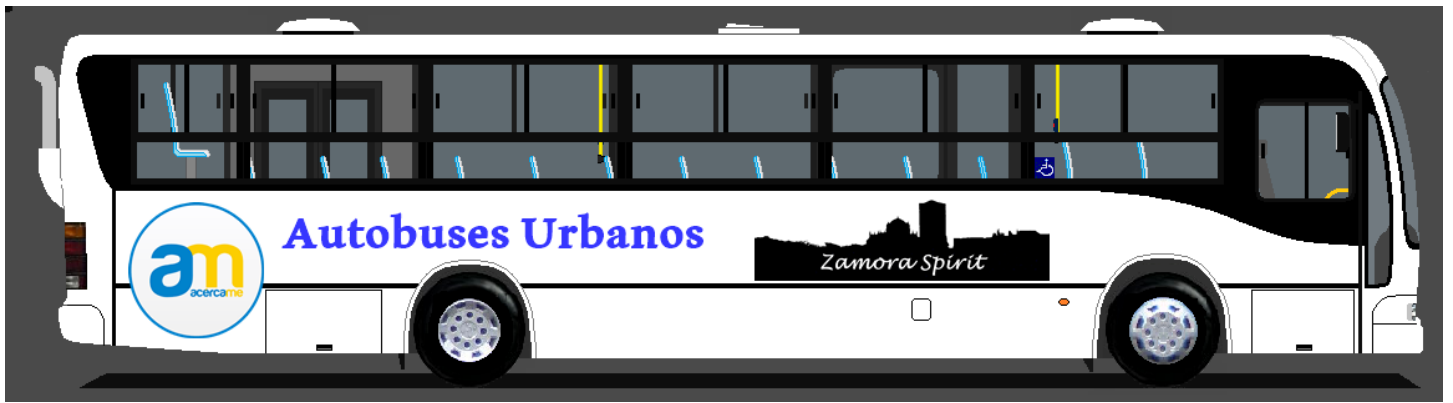
Subdelegación del Gobierno

Plaza de la Constitución, 1 - 49003 - Zamora 980 759 000

Ayuntamiento de Zamora

Plaza Mayor, 1 - 49004 - Zamora 980 548 700
Diputación Provincial
Plaza Viriato, S/N - 49001 – Zamora 980 559 300
Delegación Territorial de la Junta de Castilla y León
Calle Leopoldo Alas Clarín, 4 - 49018 - Zamora 980 559 600
Escuela Politécnica Superior
Avenida Requejo, 33 - 49022 - Zamora 980 545 011
Oficina de Turismo del Ayuntamiento de Zamora
Plaza Arias Gonzalo, 6 - 49001 – Zamora 980 533 694
Oficina de Turismo de la Junta de Castilla y León
Avenida Príncipe de Asturias, 1 - 49012 – Zamora 980 531 845
Patronato Provincial de Turismo
Plaza Viriato, S/N - 49001 - Zamora 980 535 498
Correos y Telégrafos
Calle Santa Clara, 15 - 49015 – Zamora 980 509 059
Estación de Renfe
Carretera de la Estación, S/N - 49029 – Zamora 980 521 110
Estación de Autobuses
Avenida Alfonso Peña, S/N - 49029 - Zamora 980 521 281
Autobuses Urbanos
Carretera Villalpando, S/N - 49029 - Zamora 980 514 610
Asociación Taxi Zamora (TAXIS)
Calle Pericuto, 23 - 49026 - Zamora 980 534 444
Tele Taxi Zamora
Camino Espíritu Santo, 2 - 49026 – Zamora 630630630
Ciudad Deportiva Municipal de Zamora
Avenida de Obispo Acuña, 1 - 49017 – Zamora 980 520 839
Protección Civil
Avenida Plaza de Toros, 1 - 49007 - Zamora 980 536 190
Agencia Estatal Administración Tributaria
Plaza de Castilla y León, s/n - 49014 – Zamora 980 532 895
Jefatura Provincial de Tráfico
Avenida Príncipe de Asturias, 35 - 49011 – Zamora 980 521 562
Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)
Avenida Requejo, 23 - 49012 - Zamora 980 559 500





MEDIDAS A TENER EN CUENTA EN EL URBANO DE ZAMORA



SÚBETE AL AUTOBÚS CON MASCARILLA

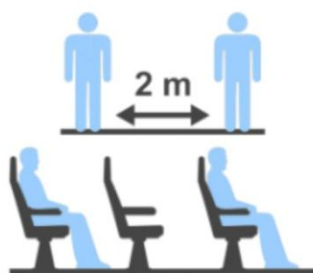


Utiliza el gel hidroalcohólico antes de pagarnos. Después vuelve a utilizarlo.



Puedes pagar tanto con dinero efectivo como con el bono Acercame

¿Dónde puedes colocarte?



Intenta mantener una distancia de 2 metros entre las personas. A la hora de sentarse, procura elegir los asientos más distantes. Si vas de pie, colócate de espaldas a los demás en la medida de lo posible.

#COVIDFREE



Descargaté nuestra app



ya tienes la tuya...
teacercamos?



Abonos Ordinarios

Usuarios/as del transporte urbano que no tengan derecho o no tengan concedido un Abono de Tercera Edad o Abono Especial en cualquiera de sus modalidades.

abono normal
30% dto.

Solicita tus descuentos y consulta las condiciones en los servicios sociales del Ayuntamiento de Zamora



ya tienes la tuya...
te acercamos?



abono especial 40% dto.

Jovenes de 5 a 30 años,
discapacitados y
familias numerosas.

Jovenes de 5 a 30 años. (ambos inclusive)

- Empadronados en el municipio de Zamora en el momento de la solicitud
- Que los ingresos de la Unidad familiar no supere en 1,2 veces el IPREM incrementado en un 20 % por cada miembro de la misma.

Documentación necesaria para la acreditación del cumplimiento de los requisitos y expedición del correspondiente abono:

Fotocopia del DNI, Certificado de Empadronamiento, Documentación justificativa de los ingresos de la unidad familiar, Fotografía tamaño carné

Personas con Discapacidad

- Personas con discapacidad con tres o más puntos en el apartado de movilidad reducida independientemente del grado de discapacidad, o personas con discapacidad igual o superior al 60%.
- Empadronados en el municipio de Zamora en el momento de la solicitud
- Que los ingresos de la Unidad familiar no supere en 1,2 veces el IPREM incrementado en un 20 % por cada miembro de la misma.

Documentación necesaria para la acreditación del cumplimiento de los requisitos y expedición del correspondiente abono:

Fotocopia del DNI, Certificado de Empadronamiento, Certificado o Tarjeta de discapacidad, Documentación justificativa de los ingresos de la unidad familiar, Fotografía tamaño carné.

Las personas con discapacidad beneficiarias de bonificación podrán ir acompañados de una persona quien, a su vez, se beneficiará de la misma bonificación, siempre y cuando vaya físicamente acompañando a la persona con discapacidad y haya obtenido el correspondiente abono especial como persona acompañante, debiendo concretar, en el momento de la solicitud de dicho abono, la/s persona/s con discapacidad con abono especial ya concedido a la/s que acompañará en los viajes en Transporte Urbano Colectivo.

Familia Numerosa

- Solicitantes pertenecientes a familias con título de Familia Numerosa
- Empadronados en el municipio de Zamora en el momento de la solicitud
- Que los ingresos de la Unidad familiar no superen en 1,2 veces el IPREM incrementado en un 20 % por cada miembro de la misma.

Documentación necesaria para la acreditación del cumplimiento de los requisitos y expedición del correspondiente abono:

Fotocopia del DNI, Certificado de Empadronamiento, Título que acredite la condición de Familia Numerosa, Documentación justificativa de los ingresos de la unidad familiar, Fotografía tamaño carné

Solicita tus descuentos y consulta las condiciones en los servicios sociales del Ayuntamiento de Zamora



ya tienes la tuya...
teacercamos?



**abono mayores
70% dto.**

Personas con 65 o más años.

- Empadronados en el municipio de Zamora en el momento de la solicitud
- Que los ingresos de la Unidad familiar no supere en 1,2 veces el IPREM incrementado en un 20 % por cada miembro de la misma.

Documentación necesaria para la acreditación del cumplimiento de los requisitos y expedición del correspondiente abono:

Fotocopia del DNI del solicitante, Certificado de Empadronamiento, Documentación justificativa de los ingresos de la unidad económica de convivencia, Fotografía tamaño carné

Solicita tus descuentos y consulta las condiciones en los servicios sociales del Ayuntamiento de Zamora



línea 2

lunes a viernes

7:20 a 15:00

Desde ambas cabeceras

(cada 20 min.)

15:00 a 21:15

(cada 15 min.)

21:15 a 22:45

(cada 30 min.)

sábados

7:20 a 15:00

Desde ambas cabeceras

(cada 20 min.)

Desde Pz. Alemania

15:00 a 22:45

(cada 30 min.)

domingos y festivos

Desde Pz. Alemania

9:00 a 22:45

(cada 30 min.)



Ctra. Fermoselle

Pz. de la Cruz - Marquesina

Iglesia San Frontis

IES. Poeta Claudio Rodríguez

Av. Nazareno de San Frontis

C/ Cabañales - Alejandro Casona

C/ Cabañales - Sepulcro

Cementerio

Ctra. Salamanca 59

Ctra. Salamanca - Gasolinera

Puente de Hierro

Centro Salud Puerta Nueva

Ciudad Deportiva

San Pablo 21

Mercado

Av. Portugal 9

Av. Portugal frente Barrueco

Pz. Alemania

Av. Portugal - Barrueco

Av. Portugal 42

Ctra. Salamanca 4

Ctra. Salamanca 44

Ctra. Salamanca 88

Cementerio

C/ Cabañales 39

C/ Cabañales 27

C/ José Regojo 30

Plaza Bermillo de Sayago

Pz. de la Cruz

Ctra. Fermoselle

Días lectivos a las
8h y 14 h desde
Pz. Alemania

Estas paradas se realizan
de lunes a sábado de
07:20 a 15:00 horas

línea 4

lunes a viernes

Desde Pz. Villardecievros

7:20 a 14:40

(cada 20 min.)

Desde Av. Reyes Católicos

7:30 a 14:30

(cada 20 min.)

Desde ambas cabeceras

14:55 a 22:55 (cada 30 min.)

Sábados

Desde ambas cabeceras

7:25 a 14:55

(cada 30 min.)

Desde Pz. Villardecievros

14:55 a 22:50

(cada 60 min.)

domingos y festivos

Desde Pz. Villardecievros

8:55 a 22:55

(cada 60 min.)

C/ Imperial horarios de 07:32 - 18:42

IES Alfonso IX sólo periodo lectivo horario 08:26 - 14:35

Av Requejo sólo periodo lectivo
horario 08:27 frente Caja Rural.

Argentina 2, Argentina 30
Candelaria, Cardenal Cisneros, Hernán Cortes
Estas paradas se realizan de lunes a viernes

Mercado (Dirección Sagasta), Plaza Sagasta, C/ El Riego
Estas paradas se realizan
los sábados hasta las 14:36

Mercado (Dirección Sagasta), Av. Portugal - Frente Barrueco
Plaza Alemania, Ronda de la Feria 33
Estas paradas se realizan los sábados desde las
15:00 y domingos y festivos durante el todo el día.



Pz. Villardecievros

C/ Cañaveral 12

Centro de transporte - Decathlon

Centro formación

Centro la Hiniesta - Barriada

Ctra. La Hiniesta 121

Ctra. La Hiniesta - Andavías

C/ Imperial

Ctra. La Hiniesta - El Molino

Cuesta La Morana

Puerta de la Feria 3

Centro de Salud Santa Elena (de lunes a viernes)

Ronda - Colegio Universitario

Av. Portugal - Barrueco

San Pablo 21

Mercado

Av. Portugal - Frente Barrueco

Av. Tres Cruces 2

Av. Tres Cruces 28

Alfonso Peña - Estación de Autobuses

Las Claras subida

Hospital Virgen de la Concha

IES Alfonso IX

Av. Requejo

Argentina 2

Argentina 30

Candelaria

Cardenal Cisneros

Hernán Cortes

Hospital Provincial

Av. Reyes Católicos - Los Bloques

IES Alfonso IX (Solo periodo lectivo)

Hospital Virgen de la Concha

Las Claras bajada

Estacion de Tren

Alfonso Peña 3

Av. Tres Cruces - Cardenal Cisneros

Av. Tres Cruces - Amargura

Pz. Alemania

Av. Portugal - Barrueco

San Pablo 21

Mercado (Dirección Sagasta)

Pz. Sagasta

C/ El Riego

Mercado

Av. Portugal - Frente Barrueco

plaza alemania

Ronda de la Feria 33

Puerta de la feria 4

Ctra. La Hiniesta 2

Ctra. La Hiniesta 60

Ctra. La Hiniesta 108

C/ Andavías - Av. Galicia

C/ San Blas 2

C/ San Blas 17

Peña Trevinca 18

Peña Trevinca 22

Peña Trevinca 34

línea 5



lunes a viernes

7:45 a 21:00

07:45 - 08:15 - 09:00 - 10:00

10:30 - 11:00 - 11:30 - 12:00 - 12:30

13:30 - 14:00 - 14:45 - 15:30 - 16:30

17:00 - 17:30 - 18:30 - 19:00 - 19:30

20:00 - 20:30 - 21:00

* Servicios hasta C.C. Vistalegre
(No llega a Coreses)

sábados

10.00, 13.00, 16.00

domingos y festivos

15.30

Alas Clarín - Junta CyL

Av. Requejo 6

Av. Requejo 10

Av. Cardenal Cisneros - Hotel AC

C/ Miguel de Unamuno

Avda. Reyes Católicos - Las Pistas

C/ Burgos con C/ Palencia

C/ Valladolid con C/ Córdoba

C.C. Vistalegre (Dirección Coreses)

Puente Valderaduey (Ida)

Recta Coreses (Puente)

Pol. Ind. Coreses

Recta Coreses (San Isidro)

Puente Valderaduey (Vuelta)

C.C. Vistalegre (Dirección Zamora)

C/ Valladolid con C/ Córdoba

C/ Burgos con C/ Palencia

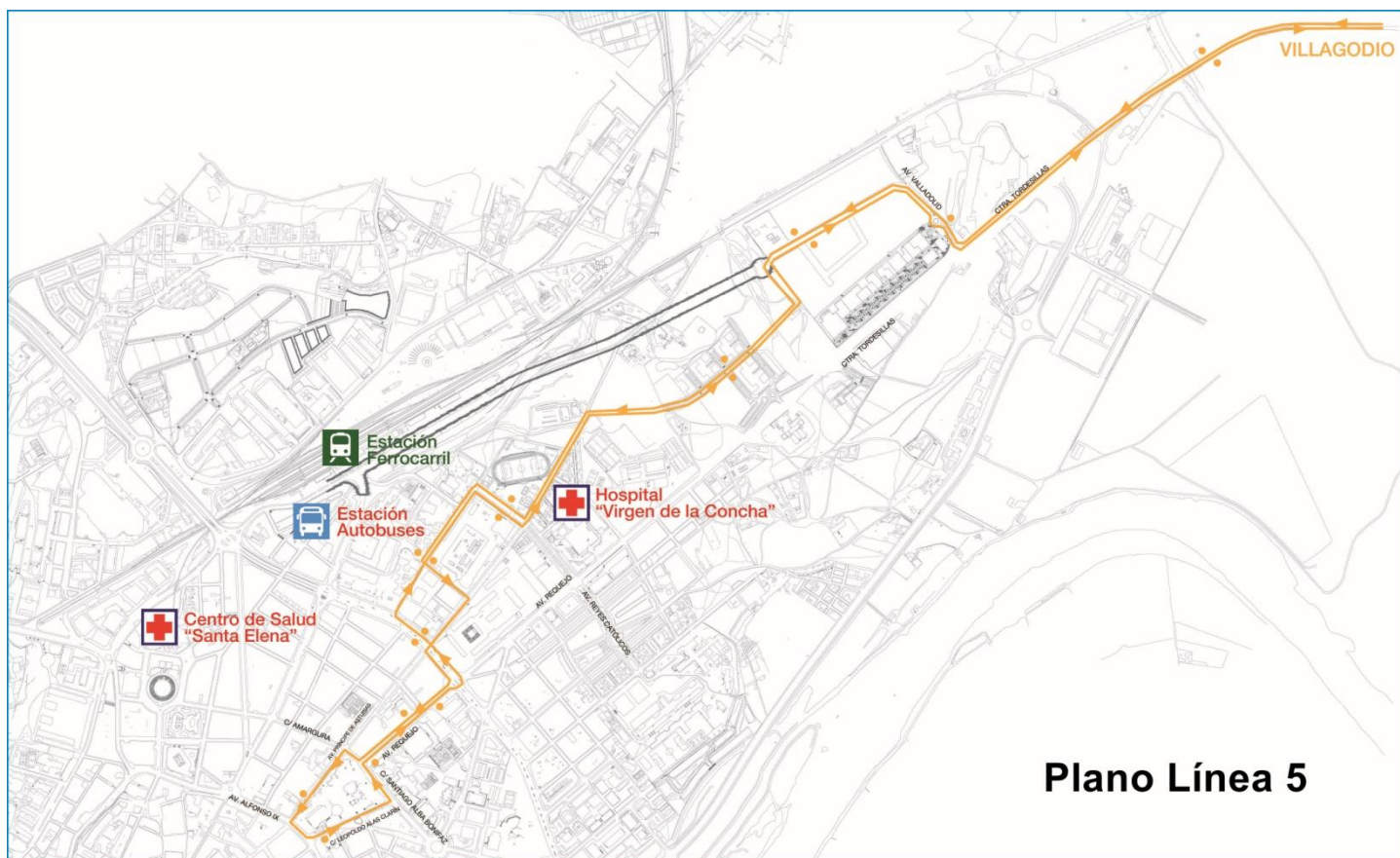
Avda. Reyes Católicos - Las Pistas

C/ Miguel de Unamuno (Centro Formación)

Príncipe de Asturias - Hotel AC

Av. Requejo - Institutos

Ppe. Asturias 5 - La Marina



Plano Línea 5

línea 7



lunes a viernes

Desde Ctra. Fermoselle

7:20

Desde Hospital Provincial

7:39 - 15:09

Ctra. Fermoselle

Pz. de la Cruz

Iglesia San Frontis

Av. Nazareno de San Frontis

C/ Cabañales - Alejandro Casona

C/ Cabañales - Sepulcro

Cementerio

Ctra. Salamanca 61

Ctra. Salamaanca - Gasolinera

Puente de Hierro

Centro Salud Puerta Nueva

Ciudad Deportiva

Av. Portugal 9

C/ Alas Clarín - Junta CyL

Av. Requejo 6

Av. Requejo 10

Hospital Provincial

Av. Reyes Católicos - Los Bloques

Av. Requejo - Universidad

Av. Requejo - Institutos

Ppe. Asturias - La Marina

Plaza Alemania

Av. Portugal - Barrueco

Av. Portugal 42

Puente Hierro

Ctra. Salamanca - Gasolinera

Ctra. Salamanca 88

Cementerio

C/ Cabañales - Sepulcro

C/ Cabañales - Alejandro Casona

C/ José Regojo 30

Plaza Bermillo de Sayago

Pz. de la Cruz

Ctra. Fermoselle



línea 8



lunes a viernes

Desde P. Asturias - La Marina

7:15 - 9:30 - 13:00

16:00 - 18:00 - 21:30

sábados, domingos y festivos

Desde P. Asturias - La Marina

10:30 - 13:30

16:30 - 21:30

Ppe. Asturias 5 - La Marina

Plaza Alemania

Ronda de la feria 33

Avenida de la Feria 10

Casco Viejo - Calle Bernabe

Casco Viejo - Plaza Los Ciento

Puente de los Poetas

Ctra. Carrascal

Carrascal

Ctra. Carrascal

Puente de los Poetas

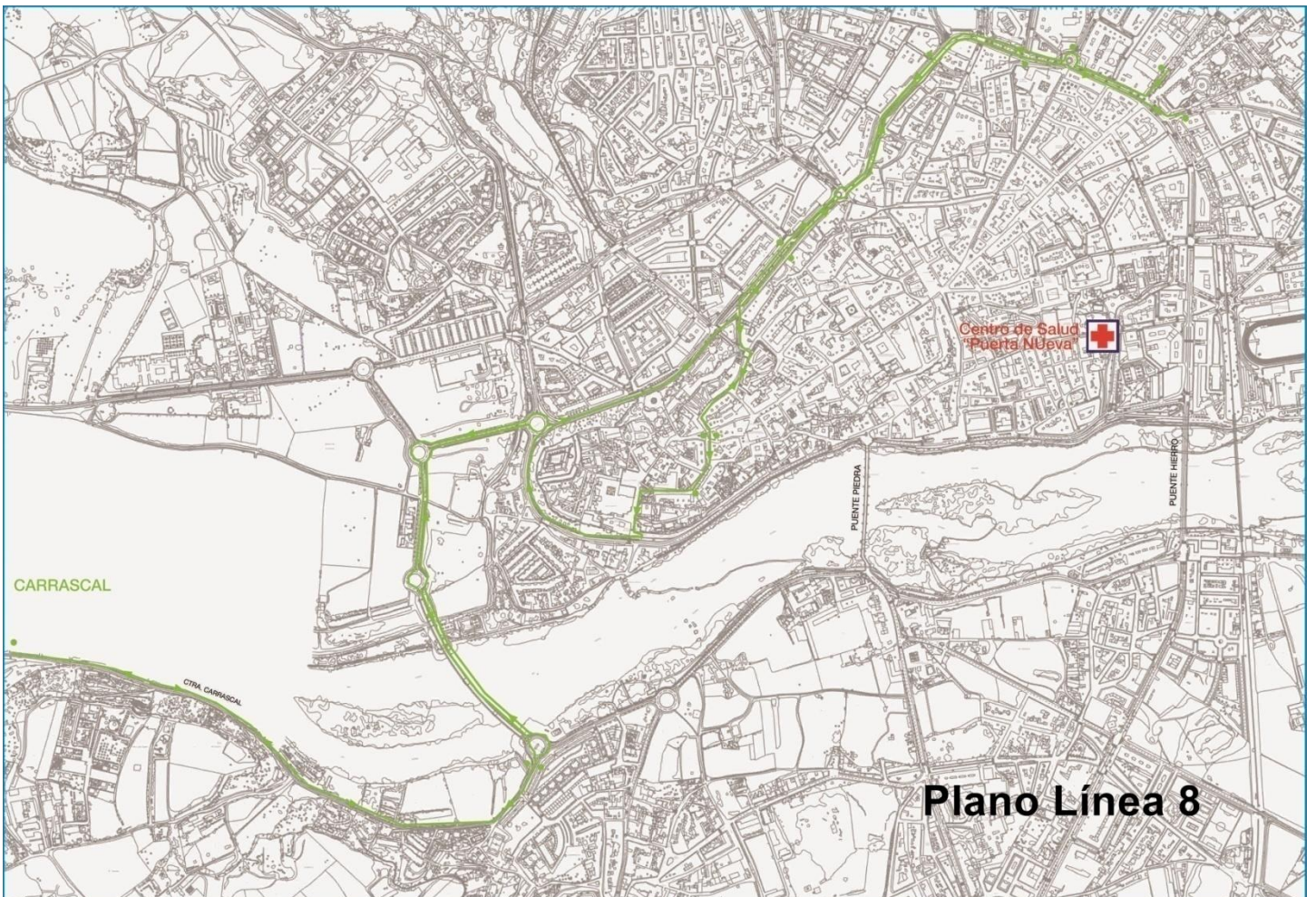
Casco Viejo - Calle Bernabe

Casco Viejo - Plaza Los Cientos

Avenida la Feria

Colegio Universitario

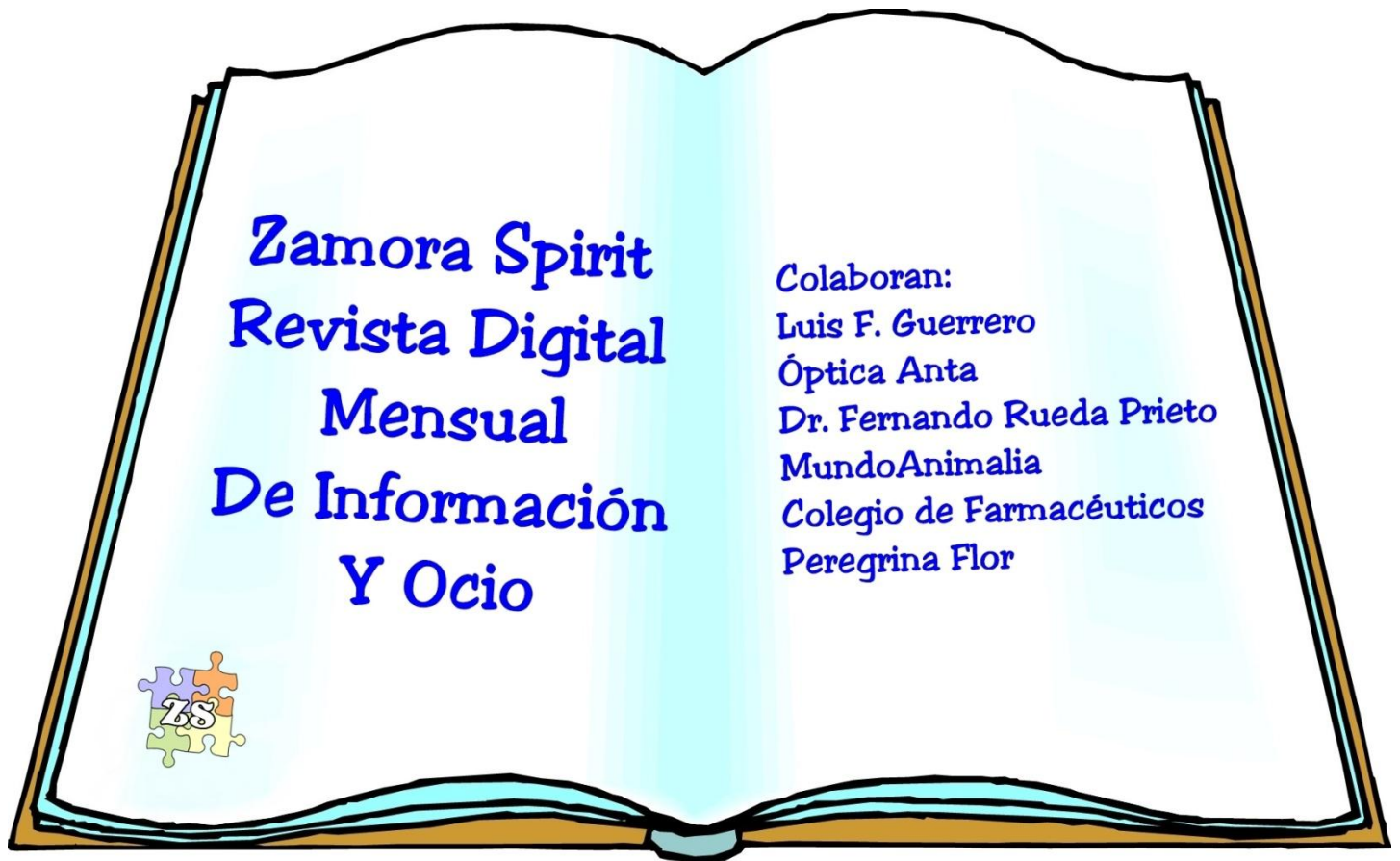
Alas Clarín - Junta CyL





ZAMORA SPIRIT

REVISTA DIGITAL



D.L. ZA51-2013.

Director: Luis F. Guerrero.

Diseño y Maquetación: Luis F. Guerrero.

Fotografía: Luis F. Guerrero.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de esta revista sin el permiso expreso de su director.

La dirección no se hace responsable ni se identifica con las opiniones y contenidos de sus colaboradores y artículos.

El contenido de esta revista es **exclusivamente** para su **investigación y estudio**. Todo uso ilícito de este material será responsabilidad de aquel que lo empleo para otros fines.



ZAMORA SPIRIT

REVISTA DIGITAL

zamoraspirit.blogspot.com

