



Turismo

## Se acabó el no viajar por no tener acompañante

Algunas agencias organizan escapadas en las que hacer amigos e incluso poder encontrar el amor • Página 14



Página 04

## La fórmula del antiestrés

*Dieta equilibrada y determinados alimentos son sus elementos clave*

07 La nueva estética busca inmediatez

10 El autocontrol, fundamental en la diabetes

# Vivir Bien

## Turismo

# No tener compañía ya no es razón para no viajar

Los viajes personalizados en pequeños grupos y las escapadas donde encontrar alguien especial están en auge

**Unai García**  
estar bien

Cada vez son más las personas que en pleno verano, debido a la estacionalidad de sus trabajos o a otras circunstancias o problemas, tienen que posponer sus vacaciones hasta el otoño o

el invierno, topándose con el problema de que encontrar acompañante para realizar un viaje en estas fechas se convierte a veces en una misión imposible. Esta situación, que a primera vista es un inconveniente para la mayoría, puede convertirse en la oportunidad perfecta para hacer nuevas amistades y conocer gente inte-

resante con la que compartir la experiencia de visitar sitios nuevos.

Varias agencias ya se han dado cuenta

de este nuevo escenario social, que junto con la tendencia creciente de aquellos que huyen del verano y de la temporada alta para viajar y prefieren otras estaciones menos masificadas, propicia un atractivo mercado para empezar a programar este tipo de escapadas en las que se empieza solo pero se vuelve con un grupo de amigos.

Además, una de estas agencias está apostando por actuar al más puro estilo celestina, organizando viajes y actividades para solteros en los que disfrutar de la emoción de visitar lugares nuevos y también, tener la posibilidad de encontrar la media naranja. Ya no tienes excusa para no viajar solo.

### En soledad, pero bien acompañado

Una de las primeras agencias de viajes que apareció en el panorama español auspiciada por esta nueva tendencia de viajar solo fue la página web [www.yporquenosolo.com](http://www.yporquenosolo.com). Su fundador, un viajador incansable, tuvo la idea de montarlas después de haber organizado viajes para diversos grupos y darse cuenta de que los que mejor funcionan son aquellos en los que las personas no se conocen entre sí. El principal objetivo es realizar viajes en los que el cliente pueda hacer lo que quiera bajo un único requisito de participación que es acudir solo. Lo que empezaron siendo pequeñas excursiones a la sierra madrileña se ha convertido, a día de hoy, en uno de los pocos referentes en cuanto a organización de viajes para gente que le gusta viajar sola pero con la seguridad que proporciona un grupo.

**Próximos destinos.** La campaña invernal apuesta por los destinos de largo recorrido en los que disfrutar de la estación fría de un modo diferente durante 10 días. Argentina en su verano austral, los cobrizos paisajes de Jordania y Marruecos o la vistosa Navidad de Nueva York son algunos de los destinos más llamativos de los que disfrutar de aquí a diciembre, con un programa personalizado de actividades y visitas.

El mundo árabe, con los desiertos de **Jordania** y **Marruecos**, puede ser el contrapunto necesario para frenar el caótico estilo de vida de las ciudades españolas. La visita de Petra y su arquitectura de origen romano, el paisaje de Wadi rum, conocido como 'el valle de la luna' por su color púrpura y las playas de Aqaba, todos ellos en Jordania, se conforman como los hitos de visita obligatoria de este país del próximo oriente. Marruecos, por su parte, se abre al viajero para ofrecer el bullicio de sus zocos y calles en sus ciudades más importantes. Marrakech, Rissani y Essaouira son las principales paradas de este viaje.

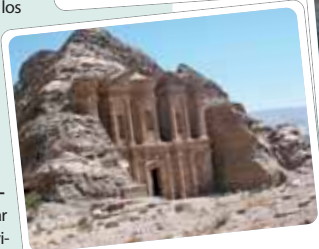
El exotismo de la **India** es una de las novedades de este año. Este país asiático de belleza incalculable posee infinidad de templos que visitar entre los sugerentes olores y sabores de las ciudades hindúes. La zona del Rajastán, una de las más pobladas del país, será el centro neurálgico de la visita. **Argentina**, con el gran contraste del verano austral de su capital, Buenos Aires, y el intenso frío de la Patagonia también se conforma como una de las grandes rutas de la temporada. Descubrir el país y sus parajes naturales en un viaje de norte a sur es su gran atractivo. Y para acabar el año, dos propuestas antagónicas pero interesantes. Una Navidad tradicional americana en la ciudad de **Nueva York**, donde perderse entre los mercados de invierno de Manhattan, cruzar el puente Brooklyn o asistir a un musical en Broadway; o un fin de año exótico en **Myanmar**, la antigua Birmania, descubriendo el antiguo camino de Mandalay.



Myanmar



Nueva York



Jordania



India



Argentina



La Habana



Villasingle



Egipto



Marruecos



Seychelles

### Soltero y sin compromiso

Si además de querer viajar solo no se tiene pareja, una vuelta de tuerca al concepto de viaje en soledad, pero dentro de un grupo, es este tipo de escapadas que organiza la agencia Viajes Nones ([www.nones.es](http://www.nones.es)), la primera agencia mayorista de viajes especializada en la gente sin pareja. Su fundadora, harta de tener que deshacer planes tras su separación por quedarse impar, decidió empezar a organizar actividades para gente que no tenía pareja con la finalidad de hacer nuevas amistades con las que disfrutar del tiempo libre, divertirse haciendo actividades y, ¿por qué no?, también de encontrar a alguien afín. Las propuestas se adaptan a todos los gustos y, actualmente, no sólo se viaja por España, sino que también hay viajes hacia el extranjero. Además, la agencia organiza excursiones de un día y fiestas para promocionar sus viajes. Todo para el universo de los solteros.

**Próximos destinos.** Una de las grandes apuestas de la agencia para este invierno es realizar escapadas de fin de semana durante todo el invierno. El **Parque Nacional de Ordesa en Huesca** y la **Sierra de la Culebra en Zamora** son los principales destinos relacionados con naturaleza. Si se busca algo que combine tradición y gastronomía, hacer la ruta del vino por el **País Vasco** puede cumplir las expectativas de cualquier amante del buen comer. Los destinos internacionales son muy variados dependiendo de lo que se pretenda hacer. **Estambul y Egipto** son los más llamativos de cara a noviembre. Visitar Santa Sofía y los hammanes en el caso de la ciudad turca y los templos de Luxor y Karnak mientras se disfruta de un crucero por el Nilo en Egipto son los principales atractivos de ambos viajes. Por el contrario, en el mes de diciembre, olvídate del frío y viaja hasta las paradisíacas playas de **Seychelles**. Quince días en los que relajarse y disfrutar de las aguas turquesas del archipiélago, un lugar perfecto para enamorarse.

Otra de las propuestas más interesantes y asequibles es pasar un fin de semana en **Villasingle**, el primer hotel del mundo para solteros y seña de identidad de Nones. Una combinación de relax, deporte y aventura en la sierra del Alto Lozoya en Madrid que se convierte en el mejor telón de fondo para que hombres y mujeres sin pareja trabajen en equipo y estrechen así sus lazos de amistad.

Pero sin duda, el plan estrella es el **crucero para solteros por el Caribe** en Navidad con el que despedir el año de un modo diferente. Cozumel, Cancún, Gran Cayman, Isla Paraíso y La Habana serán las escalas del trayecto, paisajes inolvidables donde encontrar una pareja con la que compartir aficiones, además de disfrutar de los espectáculos y actividades que posee el buque.