

nº 103/ABRIU/2017

era revista dera **VAL D'ARAN**

arandau

Des der an 2001

R-948

Revista Mensual **GRATUITA**



suplemento



Luchon 
Pyrénez-vous !



Implante Dental

390€

Implantes y dientes fijos en **1 Día**
 Expertos en casos Sin Hueso
 Máximo nivel Profesional
 Calidad y garantía

1ª Visita, Radiografía y Estudio GRATIS



Ortodoncia Invisible

1990€

Centro reconocido internacionalmente por **invisalign** con certificado **PE Platinum Élite**

Transparente, Extraíble y Cómodo...

Niños y Adultos



Financiación sin intereses



Carillas de Porcelana

390€

Mejora tu sonrisa !!
 Técnica mínimamente invasiva

- Cambia o mejora el color de tus dientes
- Alinea pequeñas malposiciones
- Corrige su forma
- Calidad, garantía y naturalidad

1ª Visita y Estudio de la sonrisa GRATIS

CENTRO COMERCIAL E.LECLERC ST. GOPÔLE
 ESTAMOS A UN PASO DE SU DOMICILIO



E.Leclerc DRIVE
 ESTANCARBON / ST GAUDENS
www.leclercdrive.fr

espace culturel
 E.Leclerc®

parapharmacie
 E.Leclerc®
 05 61 94 63 41
www.parapharmacie.leclerc

Le monège à bijoux
 E.Leclerc®

VOYAGES
 E.Leclerc®
 05 61 94 64 62

Location
 E.Leclerc®

St Gopôle
 MR GALERIE



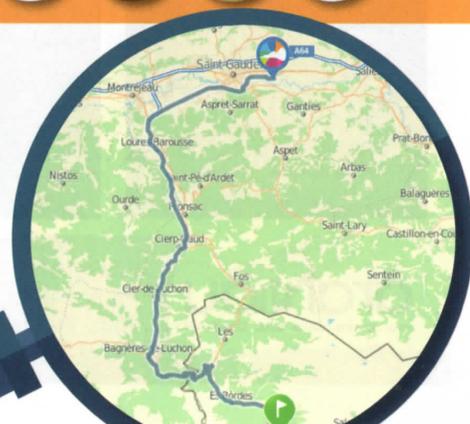
Dirección A64 salida 18 SAINT-GAUDENS

ABIERTO DE LUNES A SÁBADO DE 9 A 20 HORAS

ZAC LANDES 10 avenue du Cagire 31800 ESTANCARBON - 05 61 94 64 64

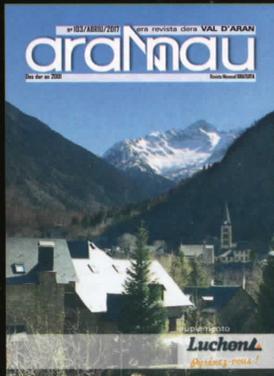


Obtén la mejor ruta para ir al centro comercial E.Leclerc St Gopôle!



arannau

era revista dera VAL D'ARAN



PORTADA

Arties

Foto: Aran Nau

Edición:

NAU ARAN S.C.P.

Impresión:

Indugraff Offset

Maquetación y Diseño:

Alèxia Grustan.

Director Comercial:

Jorge López Pallarés.

jorge@arannau.com

Director de redacción:

Jorge López Pallarés.

jorge@arannau.com

Tirada:

5.000 ejemplares

Depósito legal:

L-1145-2008

Distribución:

Val d'Aran, Luchon y

Comminges

Revista mensual y gratuita

Nau Aran, S.C.P. no se responsabiliza del contenido de los artículos facilitados por terceras personas en esta revista.

SUMARIO

- 6/8 Aran ath dia
- 10 Mascotas
- 12 Noticias Vielha e Mijaran
- 14 Era Val d'auti tempsi
- 16 Teléfonos de interés
- 17 Actividades en Aran
- 22 Esencia Terapias
- 24/25 Horarios de autobuses
- 26 Era Biblioteca
- 35 Índice anunciantes

pireneus

Eth son des Pirenèus

99.5 FM

www.pireneus.info

arannau
era revista dera VAL D'ARAN

NAU ARAN
c/ Jaime II, 14 Baixos
25530 Vielha
Tel.: 973 64 04 87

SIGUENOS EN:
www.arannau.es / Aran Nau

Contáctenos en

628 157 538



T'agrada conduir?



NOU BMW SÈRIE 5

Quan combines esportivitat, dinamisme i tecnologia ho tens tot. Una unió d'elegants línies amb tecnologies com són l'aparcament remot des de la pantalla tàctil de la clau BMW Display Key o l'assistent de conducció més avançat del mercat. Perquè el nou BMW Sèrie 5 és un dels automòbils més innovadors del segment.

Unicars Ponent s.l.

Passeig de Ronda, 47 bis

25006 Lleida

Tel.: 973 27 98 87

www.unicars.bmw.es

Consum mitjà: des de 2 fins a 9,1 l/100 km.
Emissions de CO₂: des de 46 fins a 209 g/km.



VIELHA
COMPUTER

TODO EN INFORMÀTICA

Av. Castiero, 15, Local 13. Vielha - Lleida

Tel: 973 64 10 53 Fax: 973 64 29 69

ventas@vielhacomputer.com

www.vielhacomputer.com



TPV, Registradoras y Software para hostelería y comercios.



Redes Inalámbricas y Wifi para comunidades y hoteles.



Diseño y páginas web personalizadas.



Sistemas de seguridad, monitores y cámaras.

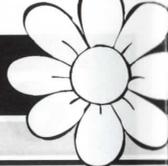


Ordenadores de Sobremesa y Portátiles a su medida.



WI FI BAQUEIRA

WI FI PIRINEUS



Eth Conselh Generau d'Aran destinarà 1.592.000 € entà apaiar e recuperar accèssi en airaus naturaus dera Val d'Aran

Eth Conselh Generau d'Aran destinarà 1.592.000 € ara conservacion d'accèssi ar auviatge naturau e cultura dera Val d'Aran, que 657.000 € son provenenti des projèctes deth hons FEDER 2014-2020, entara valorizacion der auviatge naturau e cultura que permeten era sostenibilitat de destinacions toristiques en territòri. Eth pressupòst se destinarà entà apaiar e recuperar pistes d'accèssi en airaus naturaus dera Val d'Aran.

Eth Govern d'Aran destinarà aguesti recorsi ara recuperacion des accèssi de Vilamòs ena glèisa de Sant Joan d'Arròs, er accèssi ath Saut deth Pish, er accèssi as Uelhs deth Jòu, er accèssi a Valarties, er accèssi ar entorn des mines Victoria e Margalida e er accèssi en Aiguamòg e parc Nacionau d'Aigüestòrtas. Eth projècte deth Conselh Generau d'Aran, englobe toti es municipis dera Val e presente un conjunt d'intervencions e òbres importants entà apaiar e recuperar un conjunt de vies d'accèssi ath miei naturau dera Val d'Aran, mejançant un conjunt d'accions de

melhores d'accèssi enes airaus naturaus destacables dera Val d'Aran, entà hèr-les visitables e accessibles toristicament.

Era majoritat d'aguestes accions serviràn ath delà entà apraiar es importants damatges causadi pes aiguats deth 18 de junh de 2013, ena Val d'Aran e qu'encara non s'an pogut rehèr per complet. Era melhora d'aguestes pistes, tanben facilitarà er accèssi a refugis de nauta montanha coma poderien èster eth de Restanca, Colomèrs, Saboredò, o es dera Artiga de Lin e Aneto pera val dera Artiga e er itinerari d'accèssi ath Montludè.



Presentacion deth Balanç dera analisi dera Norma de Gestion de Destinacions

Toristiques Intelligents ena Val d'Aran

Era conselheira de Torisme e Desvolopament Economic d'Aran, Anna Díaz e eth director d'I+D+I dera Societat Estatau entara Gestion dera Innovacion e es Tecnologies Toristiques, SEGITTUR, Carlos Romero, an presentat en Conselh Generau d'Aran eth Balanç dera analisi dera Nòrma de Gestion de Destinacions Toristiques Intelligents (DTIs) ena Val d'Aran. Era reconeishença de Destinacion Toristica Intelligenta avale era incorporacion ath modèl toristic dera Val d'Aran eth trabalh ena innovacion, tecnologia, sostenibilitat e accessibilitat, quate factors competitius que garantissen eth present e eth futur deth torisme ena Val d'Aran.

SEGITTUR inicièc eth trabalh DTI ena Val d'Aran en mes de junh, e a consistit en analizar e diagnosticar es linhas d'accion realizades en Aran coma destinacion enes quate variables que definissen a ua Destinacion Toristica Intelligenta, era fasa finau a consistit ena elaboracion d'un informe de recomanacions que s'integrarà coma programes especifics en nau Plan de Torisme Val d'Aran 2016-2020 e ei çò que s'a presentat en Conselh Generau ath sector toristic dera Val d'Aran. Er anterior plan de torisme 2012-2015 dera Val d'Aran culminèc dab era obtencion d'aguesta reconeishença que s'enquadre en programa de competitivitat deth plan e que s'an desvolopat a

trauès d'eth diferents linhas de trabalh qu'an arthenhut qu'era Val d'Aran arrecebe diferents

certificacions e reconeishences, entre es que destaquen eth de destinacion sostenible Biosphere autreat peth Globau Sustainable Tourism Council dera Fondacion Naciones Junhudes, finalista enes Destination Leadership autreat peth National Geographic Society e era ITB de Berlin, e aguest darrèr peth sòn trabalh coma Destinacion Toristica Intelligenta (projècte prebotjat peth Ministèri d'Indústria, Energia e Torisme, a trauès deth Plan Nacionau e Integrau de Torisme 2012-2015). Era Val d'Aran a estat un des projèctes pilòt desvolopat per SEGITTUR e qu'a consistit en analizar e recomanar accions enes quate èishi que conformen ua DTI: innovacion, tecnologia, sostenibilitat e accessibilitat.



 **GODOY GESTIÓ**
LABORAL • FISCAL • ASSEGUANCES • GESTOR INTERMEDIARI DE PROMOCIONS D'EDIFICACIONES

Rubén Godoy Jarné
Graduat Social

Avd. Pas d'Arrò, 5,
Esc. A, Entl. 2n.
Tel. : 973 64 05 05
25530 VIELHA
ruben@godoygestio.es

TAXI PEPITO 
SERVICIO DE TAXI Mercedes-Benz

699 22 57 27

- Cortos y largos recorridos.
- Consulte nuestros servicios puerta a puerta de larga distancia desde/hasta la Vall d'Aran para grupos de hasta 7 personas

Zona Valle de Aran

Tancaments del Pirineu
ventanas y puertas de PVC

Distribuidor oficial **REHAU**

Hasta un 76% ahorro de energía

Hasta 22 veces menos ruido

Con las ventanas de PVC de REHAU podrás disfrutar de un hogar cómodo, con estilo y diseño, sin ruidos y con una alta eficiencia energética.

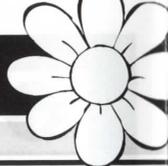
Ctra. Francia, s/n (Caprabo) · Vielha
Tel. 659 195 166 / 607 901 426
teapirineu@gmail.com

HIPER ASIA

Nuevo centro comercial en Vielha

Productos para: Hogar - Mascotas - Viajes - Cuidado personal - Decoración - Muebles - Ferretería - Cocina

Carretera Francia, 66 - VIELHA (Junto a la ITV)



Eth Conselh Generau d'Aran destinarà 1.592.000 € entà apaiar e recuperar accèssi en airaus naturaus dera Val d'Aran

Eth Conselh Generau d'Aran destinarà 1.592.000 € ara conservacion d'accèssi ar auviatge naturau e cultura dera Val d'Aran, que 657.000 € son provenenti des projèctes deth hons FEDER 2014-2020, entara valorizacion der auviatge naturau e cultura que permeten era sostenibilitat de destinacions toristiques en territòri. Eth pressupòst se destinarà entà apaiar e recuperar pistes d'accèssi en airaus naturaus dera Val d'Aran.

Eth Govern d'Aran destinarà aguesti recors ara recuperacion des accèssi de Vilamòs ena glèisa de Sant Joan d'Arròs, er accèssi ath Saut deth Pish, er accèssi as Uelhs deth Jòu, er accèssi a Valarties, er accèssi ar entorn des mines Victoria e Margalida e er accèssi en Aiguamòg e parc Nacionau d'Aigüestòrtas. Eth projècte deth Conselh Generau d'Aran, englobe toti es municipis dera Val e presente un conjunt d'intervencions e òbres importants entà apaiar e recuperar un conjunt de vies d'accèssi ath miei naturau dera Val d'Aran, mejançant un conjunt d'accions de

melhores d'accèssi enes airaus naturaus destacables dera Val d'Aran, entà hèr-les visitables e accessibles toristicament.

Era majoritat d'aguestes accions serviràn ath delà entà apraiar es importants damatges causadi pes aiguats deth 18 de junh de 2013, ena Val d'Aran e qu'encara non s'an pogut rehèr per complet. Era melhora d'aguestes pistes, tanben facilitarà er accèssi a refugis de nauta montanha coma poderien èster eth de Restanca, Colomèrs, Saboredò, o es dera Artiga de Lin e Aneto pera val dera Artiga e er itinerari d'accèssi ath Montludè.



Presentacion deth Balanç dera analisi dera Norma de Gestion de Destinacions

Toristiques Intelligents ena Val d'Aran

Era conselheira de Torisme e Desvolopament Economic d'Aran, Anna Díaz e eth director d'I+D+I dera Societat Estatau entara Gestion dera Innovacion e es Tecnologies Toristiques, SEGITTUR, Carlos Romero, an presentat en Conselh Generau d'Aran eth Balanç dera analisi dera Nòrma de Gestion de Destinacions Toristiques Intelligents (DTIs) ena Val d'Aran. Era reconeishença de Destinacion Toristica Intelligenta avale era incorporacion ath modèl toristic dera Val d'Aran eth trabalh ena innovacion, tecnologia, sostenibilitat e accessibilitat, quate factors competitius que garantissen eth present e eth futur deth torisme ena Val d'Aran.

SEGITTUR inicièc eth trabalh DTI ena Val d'Aran en mes de junh, e a consistit en analizar e diagnosticar es linhas d'accion realizades en Aran coma destinacion enes quate variables que definissen a ua Destinacion Toristica Intelligenta, era fasa finau a consistit ena elaboracion d'un informe de recomanacions que s'integrarà coma programes especifics en nau Plan de Torisme Val d'Aran 2016-2020 e ei çò que s'a presentat en Conselh Generau ath sector toristic dera Val d'Aran. Er anterior plan de torisme 2012-2015 dera Val d'Aran culminèc dab era obtencion d'aguesta reconeishença que s'enquadre en programa de competitivitat deth plan e que s'an desvolopat a

trauès d'eth diferents linhas de trabalh qu'an arthenhut qu'era Val d'Aran arrecebe diferents

certificacions e reconeishences, entre es que destaquen eth de destinacion sostenible Biosphere autreat peth Globau Sustainable Tourism Council dera Fondacion Nacions Junhudes, finalista enes Destination Leadership autreat peth National Geographic Society e era ITB de Berlin, e aguest darrèr peth sòn trabalh coma Destinacion Toristica Intelligenta (projècte prebotjat peth Ministèri d'Indústria, Energia e Torisme, a trauès deth Plan Nacionau e Integru de Torisme 2012-2015). Era Val d'Aran a estat un des projèctes pilòt desvolopat per SEGITTUR e qu'a consistit en analizar e recomanar accions enes quate èishi que conformen ua DTI: innovacion, tecnologia, sostenibilitat e accessibilitat.



GODOY GESTIÓ
LABORAL • FISCAL • ASSEGUANCES • GESTOR INTERMEDIARI DE PROMOCIONS D'EDIFICACIONS

Rubén Godoy Jarné
Graduat Social

Avd. Pas d'Arró, 5,
Esc. A, Entl. 2n.
Tel. : 973 64 05 05
25530 VIELHA
ruben@godoygestio.es

TAXI PEPITO
SERVICIO DE TAXI Mercedes-Benz

699 22 57 27

- Cortos y largos recorridos.
- Consulte nuestros servicios puerta a puerta de larga distancia desde/hasta la Vall d'Aran para grupos de hasta 7 personas

Zona Valle de Aran

Tancaments del
Pirineu
ventanas y puertas de PVC

Ctra. Francia, s/n (Caprabo) · Vielha
Tel. 659 195 166 / 607 901 426
teapirineu@gmail.com

Distribuidor oficial

REHAU

Hasta un 76% ahorro de energía

Hasta 22 veces menos ruido

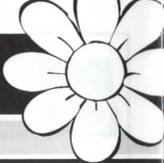
Con las ventanas de PVC de REHAU podrás disfrutar de un hogar cómodo, con estilo y diseño, sin ruidos y con una alta eficiencia energética.

Nuevo centro comercial en Vielha

HIPER ASIA

Productos para: Hogar - Mascotas - Viajes - Cuidado personal - Papelería - Decoración - Muebles - Ferretería - Cocina

Carretera Francia, 66 – VIELHA (Junto a la ITV)



Naua directora deth Musèu dera Val d'Aran

Carla del Valle Lafuente ei era naua directora deth Musèu dera Val d'Aran, dempús d'auer superat eth procès public de seleccion de personau foncionari interin entà corbir era plaça de director/a de Musèu-dinamizador/a der auviatge culturau deth Conselh Generau d'Aran.

Carla del Valle Lafuente, ei Licenciada en Istòria der Art pera Universitat Autonòma de Barcelona (UAB) e mastèr degree pera Universitat de Múrcia. Abans d'accedir ath cargue de directora deth Musèu dera Val d'Aran, a trabalhat enes Musèus Municipaus de Sabadell, en Musèu Nacionau d'Art de Catalonha e coma assistent de direccion dera Galeriá Barbier. Tanben ei autora entre uns auti de "Er encensèr romaníc de Betren. Un exemple de patrimoni retrobat dehòra des nòstres termières".

Eth Musèu dera Val d'Aran, actue coma sedença centrau a on damb ua presentacion dera Val d'Aran es visitants coneisheràn toti es elements que la integren. Se convertís en ua autentica pòrta d'entrada entà descobrir eth país.

Era exposicion permanenta presente ua sintèsi dera istòria dera Val d'Aran, des dera preistòria enquias nòsti dies. S'expose ua interessanta colleccion d'objèctes arqueologics, artistics e etnografics.



Eth vicesindic d'Aran Luís Carlos Medina ena presentacion dera World Cup Skimo 2017

Eth vicesindic d'Aran, Luís Carlos Medina, va participar ena sedença deth Centre Excursionista de Catalonha, ena presentacion dera World Cup Skimo que se disputarà es dies 8 e 9 d'abriu en Val d'Aran. Pendent era presentacion, eth vicesindic d'Aran, a destacat era implicacion deth Conselh Generau d'Aran coma collaborador principau d'aguesta pròva dera Copa deth Mon e era importància qu'a entath Govèrn d'Aran er includiment dera Val en calendari dera ISMF World Cup 2017, que represente un pas mès entà convertir era Val d'Aran en destinacion de referéncia des espòrts de montanha de naut nivèu internacionau e profitèc tanben entà arregrair era labor que desvolòpen es organizadors der eveniment e toti es voluntaris.

Era Val d'Aran acuelherà aguesta pròva dera Copa deth Mon d'Esquí de Montanha es dies 8 e 9 d'abriu de 2017. Eth nòm oficiau dera carrèra ei Val d'Aran 2017 ISMF World Cup, e era sedença dera organizacion serà es poblacions de Vielha e Naut Aran. Es melhors esquiaires de montanha deth mon, damb er actiau guanhador dera copa, eth catalan Kilian Jornet, se trobaràn ena Val d'Aran.



Jornada de practiques de rescats de lauegi deth GRM Val d'Aran en Beret

Eth GRM (Grop de Rescat de Montanha) Val d'Aran, efectuèc ua jornada de formacion e practica de rescat de lauegi ena montanha. Pendent era session, s'expliquèc eth nau esquèma de gestion deth servici d'Emergències, prevencion e extincion d'incendis, rescats de montanha e proteccion civiu, d'integracion des servicis d'emergències e Pompièrs deth Conselh Generau d'Aran. Posterioraments s'amièc a tèrme era session practica, ena que i participèren unitats deth GRM Pompièrs d'Aran, Centre de Prediccion de Lauegi dera Val

d'Aran, pisters de Baqueira-Beret, agents de Mossos d'Esquadra, Agents Ruraus, agents Forestaus, Guides de Montanha, agents dera Gendarmerie francesa e dera Ertaintza. Era jornada consistic ena coordinacion des diferenti grops qu'actuen en un scenari de multiples victimes eth cas de lauegi, dera transferéncia d'informacion e des diferents fases deth rescat: avis d'accident, accion der operatiu, recèrca, rescat organizat e tractament des possibles victimes. Fin finau era session barrèc damb era practica d'un rescat sus eth terren.



Paella Valenciana. Todo tipo de arroces.

Avda. Maladeta, 13 - VIELHA · Tel. 973 108 164

AUTÉNTICOS arroces valencianos



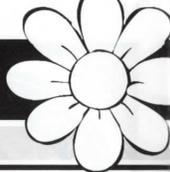
CENTRE COMMERCIAL

LES PORTES DU VAL D'ARAN

Solamente a 33 Km. del Valle de Aran

<p>du lundi au samedi 05 61 94 00 00</p>	<p>Centre auto et réparations automobiles de 9h à 12h - de 14h à 19h du lundi au samedi 05 61 94 00 00</p>	<p>Contrôle Technique de 9h à 19h du lundi au samedi 05 61 94 25 73</p>	<p>de 9h à 12h 30 - de 14h 30 à 19h du lundi au vendredi de 9h 30 à 12h - de 14h 30 à 19h le samedi 05 61 94 22 60</p>	<p>de 9h 30 à 12h 30 - de 14h 30 à 19h du lundi au vendredi de 9h 30 à 12h - de 14h 30 à 19h le samedi 05 61 94 40 08</p>	<p>de 9h à 12h 15 - de 14h à 19h du lundi au samedi 05 61 89 98 89</p>	<p>de 9h à 12h - de 14h à 19h du lundi au jeudi de 9h à 19h vendredi et samedi 05 61 88 40 43</p>	<p>de 9 h à 19 h 30 du lundi au samedi 05 61 95 79 79</p>	<p>Ouvert 7/7j de 8 h à 21 h 30 05 61 88 33 33</p>	
--	--	---	--	---	--	---	---	--	--

Zone Lane Bazert Avenue de Luchon GOURDAN-POLIGNAN



Vaya por delante que este escrito es un vil plagio de un artículo publicado por unos veterinarios australianos en su blog. "The truth behind cheap vet fees".

Es habitual, y más en tiempos de crisis (que lo siguen siendo, digan lo que digan), oír frases como: "¿Y no me puedes hacer un descuento?", "Pues fulanita lo hace más barato". Y, con la que está cayendo, es normal que busquemos el precio más asequible.

Con los productos es fácil: Quiero el pienso Canine Healthy Wonderful Food de Trucha y Anacardos, saco de 3 kg. Aquí lo tienen a 12 € y allí a 15. Vale, igual "allí" me pueden decir si es el más adecuado para mi perro o cuánto que debe tomar al día, pero puedo prescindir de esa información y pagar 3 € menos.

Pero la cosa se complica cuando lo que compramos son servicios. Pongamos, por ejemplo, una ovariectomía (OVH) de una gata. Pregunte a varios veterinarios y le darán presupuestos distintos. ¿Cómo comparar? Obviamente si sólo le interesa el precio, es fácil. El más barato y punto. Pero, normalmente, cuando se trata de nuestra mascota, también nos interesan cosas como que se recupere pronto, que no le duela, que la opere un veterinario con experiencia...

Partiendo de que a usted le preocupan esas cosas, vamos a ver dónde puedo ahorrar yo en la cirugía de su mascota para hacerle ese descuento que me pide.

Normalmente en la tarifa que ofrecemos para una OVH de gata se incluye una visita previa al animal, la anestesia, la cirugía, fluidoterapia, monitorización, postoperatorio controlado y tratamiento antibiótico y analgésico adecuado.

* Puedo no realizar la visita previa y suponer que la gata está en buen estado de salud. Unos euros menos.

* Puedo ahorrar en anestesia. Hacerle sólo una anestesia intravenosa en vez de una inhalatoria. Ciertamente que la inhalatoria es mucho más segura, y se elimina más rápido. Pero también es más cara.

* Puedo no esterilizar el material. O utilizar suturas caducadas. 3 euros menos.

* Puedo no monitorizar a su mascota durante la cirugía. Prescindir de los aparatos que me dicen cómo va su respiración, su corazón, su presión arterial... Aunque, obviamente, si hay un problema durante la cirugía es posible que para cuando me dé cuenta, ya no pueda hacer nada.

* Puedo no ponerle fluidos intravenosos antes, durante y después de la cirugía para ayudarle a mantener un buen flujo sanguíneo y a eliminar mejor la anestesia. Un poco más barato.

* Puedo operar yo sola, sin ayudante, sin nadie que vigile la anestesia o me ayude a controlar un sangrado. Ahorro en personal.

* Puedo entregarle a la gata nada más acabar la cirugía, grogui todavía, pero así nos ahorramos el tiempo de una auxiliar o un veterinario vigilando que se despierte adecuadamente.

* Puedo no ponerle antibióticos para prevenir las infecciones, ni analgésicos para que no tenga dolor ni durante la cirugía ni en los días posteriores. Menos dinerito.

* Puedo no tener un servicio de urgencias al que usted pueda acudir en caso de presentarse una complicación esa noche, cuando se la haya llevado a casa. Más ahorro de personal.

* Por supuesto también puedo optar por no tener un quirófano y operar en un garaje. O no cobrarle el 21% de IVA. Estas cosas abaratan mucho el coste de la cirugía. Tienen el inconveniente de ser ilegales, pero, oye, la vida es corta...

Así que, usted dirá, ¿dónde recortamos?

Eva Deza de Aran Veterinarias

aran veterinarias

Servicios:
 Urgencias 626 70 15 47
 Medicina general
 Vacunas, microchip, pasaporte...
 Análisis laboratorial

Radiografía, ecografía...
 Cirugía general
 Hospitalización
 Alimentación y complementos

Ahora también peluquería canina!!!

Visitas concertadas:
Tel. 973 64 23 61
 Avda. Garona, 25 - bajos VIELHA
www.aranveterinarias.es

JC maquinaria alquiler y venta de maquinaria
JOAQUÍN CALVO

VIBRADORES / MARTILLOS ELÉCTRICOS / CARRETTILLAS / RODILLOS / COMPRESORES / GRUPOS ELECTRÓGENOS / DUMPERS / HORMIGONERAS / ...

Ctra. de Francia s/n
 25530 **VIELHA**
 Tel./Fax 973 64 25 44

Ctra. Nacional 230, Km 1 24,2
 25520 **EL PONT DE SUERT**
 Tel./Fax 973 69 10 27

ALQ.JCR@vallesaranribagorza.com

Abocam
Abogados

Administrador Fincas Colegiado

Abogados y administradores de fincas en el Valle d' amplia experiencia.
Auditamos tu comunidad de forma gratuita.
Consúltanos!

Avda. Maladeta, 7 · VIELHA 25530 · Tel. 973 64 32 02
 a.fincas@abocamabogados.com
www.abocamabogados.com

Del árbol a su mesa

MARIA TERESA
 auténtica naranja valenciana
www.naranjasmariateresa.com

TREN TURISTICO
 Visitas comentadas en vivo

Descubre el encanto de los Pirineos

LUCHON
 La Reine des Pyrénées

www.luchon.net
 +33 615 063 961

Aran Culturalau

Guías de la Val d'Aran y del Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici

Visitas culturales con grupos o individuales por Francia y los Pirineos Centrales

Tel. 630 781 701
 info@aranculturalau.com

CONFERENCIAS AUDIOVISUALES

Juan Antonio Serrano, baile de Vielha e Mijaran, s'amassèc damb era Sosdelegada deth Govern, Inma Manso

Era Sosdelegada deth Govern en Lleida, Inma Manso, arrecebèc ath baile de Vielha, Juan Antonio Serrano, que s'interessèc peth projècte de melhora deth tram entre era boca nòrd deth Tunèl de Vielha e eth nuclèu d'Aubèrt ena carretèra N-230.

En aquest sens, Inma Manso expliquèc qu'eth Ministèri de Foment dirigís er estudi

informatiu entath condicionament e melhora d'aguest tram dera N-230 qu'includís er estudi de diuèrses possibilitats en traçat dera carretèra qu'eviten eth pas des veïculs peth casc urban de Vielha.

Un còp finalizat aquest estudi informatiu, serà sometut ath procediment d'informacion publica, segontes era informacion facilitada peth Ministèri.

Era Sosdelegada deth Govern s'a compromèc a hèr ua amassada entre eth Secretari d'Estat d'Infrastructures

deth Ministèri de Foment, Julio Gómez Pomar, e eth baile de Vielha entà tractar tot çò referent ath projècte de melhora.

Per d'auta part, eth baile de Vielha hec arribar ara Sosdelegada era peticion de senhalizar eth Parc Nacionau d'Aigüestòrtas e Estanh de Sant Maurici en hilat de carretèras estataus dera província de Lleida e, de forma especia, en municipi de Vielha damb era finalitat de promòir e dar conèisher aquest espaci naturau entre eth es toristes, tant nacionaus coma internacionaus, que visiten aquesta poblacion aranesa.



Er Ajuntament de Vielha e Mijaran arthen anullar eth deute deth Palai de Gèu.

Dempús deth barrament der exercici comptable de 2016, er Ajuntament de Vielha e Mijaran dispause d'un excedent de 462.855,13 èuros que li permeterà sanejar es compdes e deishar eth deute deth consistòri a zèro dempús qu'eth passat mes de seteme se les calese subrogar es dus credits signadi peth Palai de

Gèu en er an 2008 e 2011 per un impòrt totau de 462.000 èuros.

Era equipa de govèrn a trabalhat pendent tot aquest temps en liquidar era totalitat deth deute deth consistòri, en tot anullar un des credits er an passat damb er

excedent der exercici 2015 e enguan en tot destinar 266.292 èuros.

Juan Antonio Serrano s'en tot èster satisfèt dera gestion donques qu'anulladi aquesti dus darrèri credits er Ajuntament de Vielha e Mijaran pòt reinvertir 196.563,13 èuros en naues òbres e inversions a part d'auer uns compdes sense deutes.



Vielha serà eth centre neuralgic dera Copa deth Mon d'Esquí de Montanha

Eth dissabte 8 d'abriu se disputarà era pròva individuau, en marc dera 59a edicion deth Ralli deth CEC, e eth dimenge 9 d'abriu era pròva verticau, en marc d'era Pujada en entorn de Baqueira-Beret e Vielha serà eth centre neuralgic dera pròva, damb es actes dehòra deth

enquadre competitiu.

Paral·lèlaments se celebraràn es pròves Open e es puntuables entara Copa Catalana d'Esquí de Montanha dera Federacion d'Entitats Excursionistas de Catalonha (FEEC).

Dempús de quate pròves era copa deth mon se decidirà ena Val d'Aran, tant ena modalitat individuau coma verticau. Es inscripcions seràn dubèrtas enquiath dia 5 d'abriu e se pòden formalizar a traùs dera web oficiau

dera pròva: www.valdaranskimoworldcup.cat
Juan Antonio Serrano, declarèc: "Des de que èm era equipa de govèrn auem apostat entà compdar damb pròves de fòrça nivèu en Vielha. Per prumèr còp s'harà ua pròva ena que era caplòc aranesa serà protagonista e a on se celebraràn toti es actes dera copa dehòra deth enquadre competitiu. Aauram es melhors esportistes d'esquí de montanha a nivèu mondiau lotjadi ena caplòc aranesa".



Plumier

LLIBRERIA - PAPERERIA - REGALS

PAS D'ARRO, 30 - TEL. 973 642464
VIELHA



FARRE FLORISTES

FLOR CORTADA
CENTROS FLORALES
ROSALES
FLOR DE TEMPORADA
ARBOLES FRUTALES
Centre comercial Boya
LES (Val d'Aran)
Tel. 973 64 87 20




CAFÉ NUEVO
Bar / Tapas y Pintxos / Terraza
Plaza España, 3 - Vielha - Tel. 609332436



Cortines Sant Jordi
Tapisseria internacional
Profesionales del sector de la cortina y tapicería.
Disponemos de taller de confección e instalación propios.
Para península y baleares
Divisiones:
Viviendas / Oficinas
Hostelería / Contract.

c/Penedes, 87 · LLEIDA
Tel. 973 24 99 50 · Fax 973 24 99 54
www.cortinessantjordi.com



TALLERES GARONA
CARROCERIA Y PINTURA DEL AUTOMOVIL
INSTALACION DE LAMINAS DE CONTROL SOLAR
VENTA DE CADENAS / NEUMATICOS
SUSTITUCION DE LUNAS / MECANICA

Políg. Mijaran, Nave 3 / 25530 VIELHA
Tel. 973 64 02 09 / Móvil 619 03 55 71 / talleresgarona@gmail.com

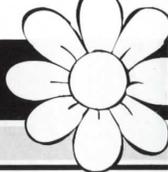


CASA VALL DE MONTGARRI
Excursiones con moto de nieve y Menú especial.

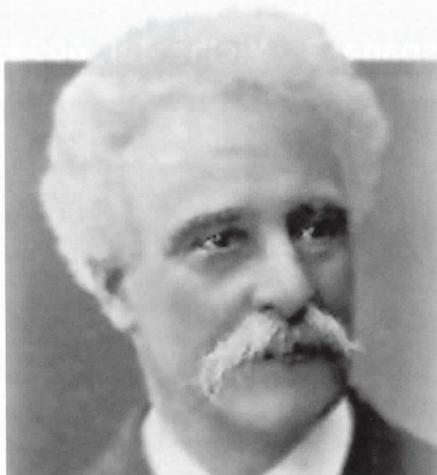
Tels. 689 808 485 / 689 802 911
www.casavalldemontgarri.com

era Val de d'auti tempsi

"Bicentenari dera 1a transpirenca (1817)"



FORASTERS EN ARAN (III): Lafargue, eth gendre de Marx (1871)



Eth metge, politic e escriban francés, d'ascendéncia cubanodominicana, Paul Lafargue (Santiago de Cuba 1842-Draveil 1911), en un des sòns exilis en Inglaterra (1868), hèc amistat e coneishec ath que serie eth sòn soer, en tot maridar-se dab Laura Marx, era hilha deth escriban e politic comuniste Karl Marx. Aguest l'ajudèc en partit e lo comissionèc entà arturar era pujada deth bakunisme dera I Internacionau en disparièrs estats. Possèc tara fondacion des partits socialistes francés, portugués e tar espanhòl apuièc ath linotipiste Pablo Iglesias, fundador deth PSOE.

En Espanha ei a on se refugie deth sòn dusau desterrament de França, a on auec fòrça participacion ena politica e ena premsa, a on eth madeish publike per 1er còp en estat eth Manifest Comuniste, per èster redactor deth diari La Emancipación, ath delà de reedicions de monografies politiqes, eca. En tornar ath sòn país patern, patic de prison, siguec deputat electe per Lille, trabalhèc de metge e polemiscèc damb eth politic occitan Jaurès (que da eth nòm ara Universitat de

Tolosa), sus es fonaments filosofics deth socialisme (1895). Fin finau s'auciguèc damb era sua hemna damb 69 ans, e en sòn enterrament intervenguèc eth madeish Lenin. Dera madeisha façon qu'ena epòca deth Terror es revolucionaris francési èren a hùger un pilèr d'emigrats politics e religiosi tara Val, coma eth darrèr bisbe comengés, tanben arribèc eth nòste foraster ara desapareishuda Fonda Mases de Bossòst, damb part dera familha Lafargue: dus cunhats e un hilh, aguest mòrt en madeish cap-lòc deth Baish Aran. Aguesta vila aranesa ère en aqueri ans era mèis abitada deth país, damb mèis de 1100 vesins en 1860 (coma ara), per dauant de Canejan e Vielha, es autes viles, per aguest orde, que suspasauen eth milenat de vesins. Pòc ère deth nau emplaçament deth cementèri ena Lana de Bossòst, a mejans d'aqueth sègle, mèis aguest gojat francés siguec, per ideologia familiara, enterrat en antic uart dera casa que hè cantoada deth carrèr Pietat damb era Plaça dera Glèisa. E coma rebrembe laïc deth traspàs familiar, gravèren ua gresilha en pèira, simbèu des Lafargue; era crotz siguec hijuda mèis tard peth propietari dera casa, que se coneish damb eth nòm des deth Sarte.

Aué deth uart e d'aguest enterrament laïc non auem cap mèis constància, mèis era istòria e era pèira trabalhada en qüestion que son publicades en libe des Maquis a Catalunya e en un des catalòg anuau dera nòsta associacion catalogna Fundacion Musèu Etnologic Val d'Aran. Demoram se conserven e protegisen per lei aguesti petiti simbèus o escuts en pèira, coma part deth patrimonni arquitectonic des auviatges aranesi.

F. Sánchez-Agustí:
fsa@sallent.com
C. Aventín-Boya:
info@aranculturau.com

Talleres Salva

PRESENTANDO
ESTE CUPÓN
5%
DE DESCUENTO
EN CUALQUIER
REPARACIÓN.

Chapa y pintura · Revisiones pre ITV · Cambio de neumáticos
Vehículo de cortesía · Tintado de cristales

Tel. 973 64 25 93 - fax 973 64 30 73 · talleressalpa@gmail.com



Loc · Services · Shop · Tour

- Alquiler de bicicletas de montaña y de carretera
- Taller de reparación
- Boutique textil y accesorios
- Recepción de grupos y organización de circuitos a la carta

Jean Louis & Magali Sanson

LUCHON MOUNTAIN BIKE

4, Place du Comminges · 31110 LUCHON

Tel./Fax: 0033 561 79 88 56

mtbmag@sfr.fr

www.luchon-mountain-bike.fr

AUTHORIZED DEALER



hola MOBI

telefonía global

CONTRATA AQUÍ LA MEJOR TARIFA



LA TIENDA QUE MÁS SERVICIOS TE OFRECE

- CAZATARIFAS
- TARIFAS MÓVILES
- MÓVILES Y TABLETS
- FIBRA Y ADSL
- ACCESORIOS
- REPARACIONES
- EMPRESAS
- FINANCIACIÓN
- LIBERACIONES
- SEGUROS
- PLAN RENOVE
- 2ª MANO
- RECARGAS
- INFORMÁTICA

¡Todo lo que necesitas!



INFO Y CONTACTO | 973 109 768

vielha@holamobi.com

www.holamobi.com | [social media icons]

EMERGENCIAS:
 BOMBEROS 112
 MOSSOS D'ESQUADRA 112

SERVICIOS PÚBLICOS:
 MOSSOS D'ESQUADRA VIELHA 973 357 285
 POMPIERS D'ARTIES 973 640 080
 GUARDIA CIVIL - VIELHA 973 640 005
 POLICIA NACIONAL - LES 973 648 014

ORGANISMOS PÚBLICOS:
 CONSELH GENERAU D'ARAN 973 641 801
 AJUNTAMENT VIELHA E MIJARAN 973 640 018
 AJUNTAMENT ARTIES 973 641 612
 AJUNTAMENT ES BORDES 973 640 939
 AJUNTAMENT BOSSÒST 973 648 157
 AJUNTAMENT LES 973 648 007
 AJUNTAMENT NAUT ARAN 973 644 030

INFORMACIÓN Y TURISMO:
 TORISME VAL D'ARAN 973 640 688
 INF. TURISME VIELHA 973 640 110
 INF. TURISME BOSSÒST 973 647 279
 INF. TURISME SALARDÚ 973 645 197
 INF. TURISME LES 973 647 303
 MUSÉUS VAL D'ARAN 973 641 815

SERVICIOS MÉDICOS:
 ESPITAU VAL D'ARAN 973 640 006
 DISPENSARI ARTIES 973 642 847
 DISPENSARI BOSSÒST 973 648 211
 DISPENSARI LES 973 648 229
 DISPENSARI SALARDÚ 973 644 030

FARMACIAS:
 FARMACIA PALÀ (VIELHA) 973 642 585
 FARMACIA CATALÀ (VIELHA) 973 642 346
 FARMACIA ALMANSA (BOSSÒST) 973 648 219
 FARMACIA ALMANSA (LES) 973 647 244
 FARMACIOLA PALÀ (ARTIES) 973 644 346
 FARMACIA PALÀ (BAQUEIRA) 973 644 462
 FARMACIOLA CATALÀ (SALARDÚ) 973 644 225

OTROS TELÉFONOS INTERÉS:
 CORREOS - OFICINA VIELHA 973 640 912
 OFICINA AUTOBUSES - VIELHA 902 422 242
 GREMI D'OSTALARIA V.A. 973 640 601
 ESCOLA D'OSTALARIA - LES 973 647 242
 IES D'ARAN - VIELHA 973 643 761
 PARROQUIA DE VIELHA 973 640 021
 PARROQUIA BOSSÒST E LES 973 648 253
 BIBLIOTECA VIELHA 973 640 768
 FUNERARIA SAURA (VIELHA) 609 571 098
 SERVEIS FUNERARIS DE LES VALLS 626 461 168
 TAXI PEPITO 699 225 727

actividades en ARAN



abril

Día 1: VIELHA EN SCENA - VIELHA. Actuación de TEATRE ANIMAL para todos los públicos en Era Audiovisuau. A las 18.00 horas.

Día 1: ERA OIHADA - BERET. A partir de las 13.00 horas en la terraza de Beret, degustación de olla aranesa elaborada por la Escuela de Hostelería de Les.

Día 1: GUITAR-CHILL TERMAS - LES. Jornada termal nocturna con música en directo de Daviz Debaro en la Baronía de las Termas de Les.

Días 1 y 2: II ANTELEMARK - BERET. Concentración de Telemark con salidas a la montaña, carrera, cursos, talleres y comidas y fiesta en buen ambiente.

Días 8 y 9: ISMF WORLD CUP - VAL D'ARAN. Copa del Mundo de esquí de montaña en la Val d' Aran. Competición en Baqueira y entrega de premios en Vielha y Salardú.

Del 8 al 15: PYRENADES - SALARDÚ. Jornadas del Pireneismo durante toda la semana, con excursiones, proyecciones, exposiciones, conferencias y conciertos, en diferentes zonas de Salardú.

Del 13 al 17: EXPOSICIÓN DE DIBUJOS - VIELHA. Exposición de Enrique Vidal en la sala de exposiciones de Vielha.

Día 14: VIERNES SANTO - BOSSÒST. A las 10.00h "Procesión del Vía Crucis" y a las 22.30h "Procesión del Santo Entierro", por las calles de Bossòst. (Única población de la Val d' Aran que celebra las procesiones de Semana Santa).

Día 16: DOMINGO DE PASCUA - BOSSÒST. A las 13.30h "Procesión del Santo Encuentro", por las calles de Bossòst.

Días 29, 30 y 1 de mayo: BLACKMOUNTAIN - BOSSÒST. Festival de novela negra en Bossòst. Literatura, cine y jazz durante los tres días.

Sigue todas las actividades al día de la Val d' Aran en www.arannau.es

CASAL SEMANA SANTA 2017

CUANDO: 10, 11, 12, 13 y 14 de abril

QUE HAREMOS:

- Actividades divertidas
- Talleres educativos
- Juegos y act. deportivas
- Excursiones
- Desayuno y comida con amigos
- Refuerzo de inglés

DONDE: KIDS & FUN C/Maladeta 13 (entrada por el jardín de calle Bonaigua)

HORARIO: Abriremos los 5 días de... 8:30 am - 18:30 pm (10h)
* Acogida gratuita de 8:00h - 8:30h

OPCIONES:
 OPCIÓN A) 8:30 - 13:30
 OPCIÓN B) 8:30 - 13:30 / comer en casa / 15:30 - 18:30
 OPCIÓN C) 8:30 - 18:30

Posibilidad de dejar al niño/a por horas. ¡Consultadnos!

* Plazas limitadas. El casal solamente se realizará con un mín. de 10 y un máx. de 25 niños/as.
 ** Los socios de Kids&Fun tendrán un 40% de descuento en el precio del casal.

Contacto: 647 238 158 / 658 576 004

Assessorament

CADION_{s.l.}

Gestion

LABORAU FISCAU COMPTABLE

c/Dr. Manuel Vidal, 1 1ªA • 25530 Vielha (Lleida)

973 64 20 79

www.cadion.es

VAL D'ARAN Funerària 24H

Alberto Castet M. 619 842 915
 Jorge Belmonte M. 609 571 098
 Servici judiciau M. 608 398 222
 Fax T. 973 690 951

Ctra. Gausac, 20 Edif. Montpius bx 2, 25530 VIELHA
 spfsaura@gmail.com // www.funerariasaura.com

Intermarché

Les Mousquetaires

INTERMARCHÉ ESPECIALISTA
en productos frescos, regionales
y locales a precios "Mousquetaires"



7º Aniversario de Intermarché - Cierp Gaud

FINANCE QUE NEUVÉ PENSONS QUE VOUS DEVEZ FAIRE
DES ÉCONOMIES TOUS LES JOURS
ET PAS UNE FOIS DE TEMPS EN TEMPS

**5% EN AVANTAGE CARTE
TOUS
LES JOURS**

SUR LES PRODUITS
SÉLECTION
DES MOUSQUETAIRES™
À PARTIR DE 3 PRODUITS DIFFÉRENTS

Grandes ventajas y descuentos con la
Tarjeta cliente
Intermarché en el 7º Aniversario



De Lunes a Sábado de 9 a 19,15
Les Trêtes
MOUSTAJON - 31110 LUCHON
Tel. 00 33 561 79 24 00
Fax: 00 33 561 79 83 01



más cerca, en CIERP GAUD

A 5 minutos de la frontera

De lunes a viernes
de 9 a 12,30 y de 14,30 a 19,30.
Sabados de 9 a 19,30 sin interrupcion

Tel. 00 33 561 89 85 50



jazz en Comminges

Saint-Gaudens
HAUTE-GARONNE

24/28
MAI 2017

Le grand festival

15^e
ÉDITION



- BIG BAND GARONNE
- HIROMI
- EDMAR CASTANEDA
- JACOB COLLIER
- ROY HARGROVE
- KYLE EASTWOOD
- STEFANO DI BATTISTA
- MONTY ALEXANDER
- JAMIE CULLUM

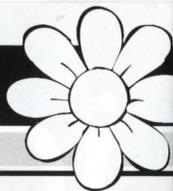
CASINO
Salies du Salat
Toujours plus Casino!

www.jazzencomminges.com

Design | Studio de poche | 06 88 21 79 40 - Affiche Bernard Cadere

Jazz en Comminges

Decimoquinto Aniversario



El Festival de JAZZ en COMMINGES, celebrará el próximo mes de mayo, su decimoquinta edición.

Después de estos años, el Festival ha encontrado su lugar en el mundo del Jazz y los grandes acontecimientos culturales de Midi-Pyrénées. Manifestación de carácter popular este festival ofrece una programación ecléctica, con la colaboración de músicos de dimensión internacional.

Le festival de JAZZ en COMMINGES fêtera, en mai prochain, sa quinzième édition. Devenu mûre, il a trouvé sa place dans le monde du jazz et les événements culturels majeurs de Midi-Pyrénées. Manifestation populaire, ce festival propose une programmation éclectique, avec des musiciens de dimension internationale.

El Festival Off, en el centro de la ciudad, será especialmente rico con propuestas de conciertos gratuitos a cargo de jóvenes talentos, exposiciones, stage de música, master class, proyecciones de cine, conferencias, visitas a emplazamientos industriales....

JAZZ EN COMMINGES, afirma su voluntad de participar en el desarrollo cultural y turístico del Comminges y del Valle de Aran.

Le festival Off, au centre ville, sera particulièrement riche en propositions de concerts gratuits de jeunes talents, d'expositions, stage de musique, master class, projection de films, conférences, visite de sites industriels... JAZZ en COMMINGES, c'est la volonté de participer au développement touristique du Comminges et du Val d'Aran.

Depuis la revue ARAN NAU veuillez recevoir nos félicitations pour votre XV Anniversaire !!!!!



TERMAS BARONÍA DE LES
Submergeix-te en les aigües sulfurades

Circuit Termal d'aigua MineroMedicinal, Caviar Cosmetic Facial, Benestar i Belleza

NOVI
TARIF
HOR

Informació i reserves: T. +34 973 648 717

f Consulta les promocions a: facebook o www.termasbaroniadelles.com

arannau

OFERTA DE TRABAJO:

Aran Nau busca comercial para la zona de la Val d'Aran. Interesados enviar Currículum Vitae a jorge@arannau.com o en las oficinas de la C/ Jaime II, 14 de Vielha (detrás del cine)

AUFÈRTA DE TRABALH:

Aran Nau cerque comerciuu tara Val d'Aran. Interessadi enviar Curriculum Vitae a jorge@arannau.com o tàs oficines deth C/ Jaime II, 14 de Vielha (darrèr deth cinèma).

HOTEL
c/Castiero 5 (Vielha)
ARAN ***
LA ABUELA RESTAURANTE
Tlf: 0034 973640050
WEB: WWW.HOTELARAN.NET

SIGUENOS EN:
www.arannau.es / **f** Aran Nau

colección primavera-verano

Tallas especiales (hasta la 60)

Vestidos de ceremonia



de 10 a 13.00 y de 2.30

Abierto todos los días

Tel. 973 64 7

LES (Val d'Aran)

LIMPIEZA CHIMENEAS



EXTRACTORES RESTAURANTES

Tel. 973 621 0

661 606 2

michel.larrue@gmail.com



Eth Jardins

Decoracion Florau e Jardins

23 de Abril Sant Jordi

"Una Rosa per a Cada Noia"

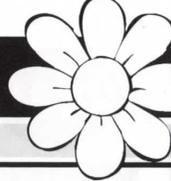
c./deth Rosas

25530 VIELHA (Ll. de Vielha)

Tel. 973 64 1

Esencia terapias

Ansiedad y depresión según la medicina tradicional China



En la actualidad, se estima que más de un 20% de la población mundial padece algún trastorno de ansiedad, generalmente sin saberlo. La **ansiedad es una situación de alerta continua** del organismo, dónde aparecen una serie de síntomas físicos y/o psíquicos patológicos que alteran la vida cotidiana. Según la gravedad de los síntomas, existen distintos niveles de ansiedad, pudiendo haber síntomas como **insomnio, agitación nerviosa, temblores** en primeros niveles hasta **crisis de pánico, sensación de pérdida del control o de conocimiento** en niveles más avanzados.



Por otro lado, la depresión **suele ser una situación compleja** que abarca varios síntomas, entre los que se encuentran la pérdida de interés, el cansancio, sentimientos de tristeza y llanto, inquietud y agitación, pérdida de autoestima, hipocondría, trastornos de la percepción, insomnio y pérdida de apetito, entre otros, que suelen intensificarse por la mañana.

Para la medicina occidental ambos patrones suelen englobarse como un solo trastorno. En cambio, desde el punto de vista de la Medicina Tradicional China, hay múltiples síndromes que pueden explicarlo. Cada caso es distinto y requiere de una evolución exhaustiva y personalizada.

De las diferentes técnicas de la Medicina Tradicional China, **la fitoterapia y la acupuntura son especialmente eficaces, sin dejar de lado el masaje y si se precisa con apoyo psicológico**. Estas técnicas permiten superar el estado de ansiedad y depresión, al equilibrar y restablecer el correcto funcionamiento del organismo, volviendo así a la situación inicial de no-alerta continua y de energía equilibrada para realizar las funciones cotidianas.

Es importante remarcar el papel del masaje y de la dieta en el tratamiento de estos trastornos. Teniendo

en cuenta la visión global de la Medicina Tradicional China, y considerando que cuerpo y mente son indisolubles, gracias al masaje tuina se consigue la relajación de la musculatura externa para así también relajar la mente. De la misma manera, los síntomas más físicos que pueden acompañarlos (temblores, sudores, sensación de calor, palpitaciones, dificultad para respirar...) mejoran con el tratamiento. Una dieta adecuada, evitando estimulantes como el café, té, chocolate, así como cualquier tipo de azúcar puede ser de gran ayuda.

¿Qué síntomas se pueden sentir para saber que se padece ansiedad y/o depresión?

- Inquietud sin causa aparente
- Pensamientos negativos u obsesivos
- Angustia
- Miedo
- Insomnio
- Taquicardia
- Sensación de ahogo
- Temblores de las extremidades
- Sudoración espontánea
- Rigidez muscular
- Debilidad muscular
- Fobias
- Crisis de pánico
- Pérdida de control o de conocimiento

En Esencia terapias disponemos de programas terapéuticos específicos para una recuperación óptima basada en la combinación de las diferentes técnicas de la Medicina Tradicional China. Consultanos.

Jordi Mdo.
Diplomado en medicina tradicional China
Asociado nº 80458



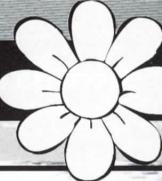
Acupuntura
Nutrición Energética
Moxibustión
Bok Bu
Fitoterapia

www.esenciaterapias.com

Visitas:
Val d'Aran
Barcelona
Tel. 665 998 371



Jardi Pradel



22 e 23 d'Abriu



Era primavera se prepare ena Jardinerie Pradel.

Viende tanben a apréner astúcies entà trèir tot eth profit ath vòste uart.

Des de semiar, ara plantacion e era proteccion des vòstri plantèrs. I trobaratz especialistes entà aconselhar-vos.

Ua grana seleccion de de pòts e de toti es accesòris entath jardinatge complèten era nòsta aufèrta.

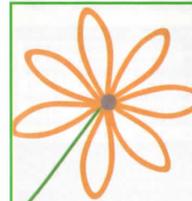
Serà un plaser acuelher-vos aguesti dus dies, a on trobaratz tanben un buffet ara vòsta disposicion.

Parcatge privat ara vòsta disposicion.

Vos i demoram. Èm segurs que i passaratz un bon dia.

André Pradel

Orari de dubertura de 8 deth matin a 7 dera tarde (non stop)



Jardi Pradel



Establecimiento
fundado en 1911

Plantas y Flores / Plantel para huertos
Tierra - Abonos / Venta al detalle

15, avenue de Toulouse - 31110 LUCHON / Tél. 0033 561 79 80 90 Fax 0033 561 79 01 34 / pradel.horticulture@wanadoo.fr

horario de autobuses

HORARIO DE TRANSPORTE INTERNO DEL VALLE DE ARAN - DE LUNES A VIERNES

BAQUEIRA TÀ PONTAUT

DE DELUNS A DIUENDRES

BAQUEIRA	07:35	07:30	08:30	09:30	10:30	11:30	12:30	13:30	15:10	15:30	16:30	17:35	18:30	19:30	20:30	21:30
TREDÒS	07:39	07:34	08:34	09:34	10:34	11:34	12:34	13:34	15:14	15:34	16:34	17:39	18:34	19:34	20:34	21:34
SALARDÙ	07:40	07:35	08:35	09:35	10:35	11:35	12:35	13:35	15:16	15:36	16:36	17:40	18:35	19:35	20:35	21:35
GESSA	07:41	07:36	08:36	09:36	10:36	11:36	12:36	13:36	15:18	15:38	16:38	17:41	18:36	19:36	20:36	21:36
ARTIES	07:42	07:38	08:41	09:38	10:38	11:38	12:38	13:38	15:20	15:38	16:38	17:43	18:38	19:38	20:38	21:38
GARÒS	07:44	07:40	08:46	09:40	10:40	11:40	12:40	13:40	15:21	15:40	16:40	17:45	18:40	19:40	20:40	21:40
CASARILH	07:45	07:41	08:48	09:41	10:41	11:41	12:41	13:41	15:22	15:41	16:41	17:46	18:41	19:41	20:41	21:41
ESGUNHAU	07:46	07:42	08:49	09:42	10:42	11:42	12:42	13:42	15:24	15:42	16:42	17:47	18:42	19:42	20:42	21:42
BETREN	07:48	07:44	08:52	09:44	10:44	11:44	12:44	13:44	15:24	15:44	16:44	17:49	18:44	19:44	20:44	21:44
VIELHA Colegio	07:53	07:55							14:40	14:40	15:30					
VIELHA Sapporo	07:56	08:58	09:45	10:45	11:45	12:45	13:45	14:42	14:42	15:26	15:45	17:12	17:50	18:45	19:45	20:45
VIELHA Iglesia	07:58	08:59	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	14:43	14:43	15:28	15:46	17:14	17:51	18:46	19:46	20:46
VIELHA Central	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	14:45	14:45	15:30	16:00	17:15	18:00	19:00	20:00	22:00
VIELHA Mij Aran	08:01	09:01	10:01	11:01	12:01	13:01	14:01	14:46	14:46	15:31	16:01	17:16	18:01	19:01	20:01	22:01
VILAC	08:03	09:03	10:03	11:03	12:03	13:03	14:03	14:48	14:48	15:33	16:03	17:19	18:03	19:03	20:03	22:03
BETLAN	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:04	14:49	14:49	15:34	16:04	17:20	18:04	19:04	20:04	22:04
AUBÈRT	08:05	09:05	10:05	11:05	12:05	13:05	14:05	14:50	14:50	15:35	16:05	17:21	18:05	19:05	20:05	22:05
PONT D'ARRÒS	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:07	14:52	14:52	15:37	16:07	17:23	18:07	19:07	20:07	22:07
BENÒS	08:08	09:08	10:08	11:08	12:08	13:08	14:08	14:53	14:53	15:38	16:08	17:24	18:08	19:08	20:08	22:08
ES BÒRDES	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:09	14:54	14:54	15:39	16:09	17:25	18:09	19:09	20:09	22:09
ARRÒ	08:10	09:10	10:10	11:10	12:10	13:10	14:10	14:55	14:55	15:40	16:10	17:26	18:10	19:10	20:10	22:10
ERA BORDETA	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:11	14:56	14:56	15:41	16:11	17:27	18:11	19:11	20:11	22:11
BOSSÒT	08:15	09:15	10:15	11:15	12:15	13:15	14:15	15:00	15:00	15:55	16:15	17:29	18:15	19:15	20:15	22:15
LES	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	14:20	15:05	15:05	16:20	17:30	18:20	19:20	20:20	21:20	22:20
PONTAUT	08:25							15:10		15:40		17:40				

DIMENJADES E HESTÈRS

BAQUEIRA	07:35	08:30	09:30	11:30	12:30	13:30	15:30	16:30	17:00	17:30	19:30	21:30
TREDÒS	07:39	08:34	09:34	11:34	12:34	13:34	15:34	16:34	17:04	17:34	19:34	21:34
SALARDÙ	07:40	08:35	09:35	11:35	12:35	13:35	15:35	16:35	17:05	17:35	19:35	21:35
GESSA	07:41	08:36	09:36	11:36	12:36	13:36	15:36	16:36	17:06	17:36	19:36	21:36
ARTIES	07:42	08:38	09:38	11:38	12:38	13:38	15:38	16:38	17:08	17:38	19:38	21:38
GARÒS	07:44	08:40	09:40	11:40	12:40	13:40	15:40	16:40	17:10	17:40	19:40	21:40
CASARILH	07:45	08:41	09:41	11:41	12:41	13:41	15:41	16:41	17:11	17:41	19:41	21:41
ESGUNHAU	07:46	08:42	09:42	11:42	12:42	13:42	15:42	16:42	17:12	17:42	19:42	21:42
BETREN	07:48	08:44	09:44	11:44	12:44	13:44	15:44	16:44	17:14	17:44	19:44	21:44
VIELHA Sapporo	07:55	08:45	09:45	11:45	12:45	13:45	15:45	16:45	17:15	17:45	19:45	21:45
VIELHA Iglesia	07:56	08:46	09:46	11:46	12:46	13:46	15:46	16:46	17:16	17:46	19:46	21:46
VIELHA Central	08:00	09:00	10:00	12:00	13:00	14:00	16:00	17:00	17:30	18:00	20:00	22:00
VIELHA Mij Aran	08:01	09:01	10:01	12:01	13:01	14:01	16:01	17:01	17:31	18:01	20:01	22:01
VILAC	08:03	09:03	10:03	12:03	13:03	14:03	16:03	17:03	17:33	18:03	20:03	22:03
BETLAN	08:04	09:04	10:04	12:04	13:04	14:04	16:04	17:04	17:34	18:04	20:04	22:04
AUBÈRT	08:05	09:05	10:05	12:05	13:05	14:05	16:05	17:05	17:35	18:05	20:05	22:05
PONT D'ARRÒS	08:07	09:07	10:07	12:07	13:07	14:07	16:07	17:07	17:37	18:07	20:07	22:07
BENÒS	08:08	09:08	10:08	12:08	13:08	14:08	16:08	17:08	17:38	18:08	20:08	22:08
ES BÒRDES	08:09	09:09	10:09	12:09	13:09	14:09	16:09	17:09	17:39	18:09	20:09	22:09
ARRÒ	08:10	09:10	10:10	12:10	13:10	14:10	16:10	17:10	17:40	18:10	20:10	22:10
ERA BORDETA	08:11	09:11	10:11	12:11	13:11	14:11	16:11	17:11	17:41	18:11	20:11	22:11
BOSSÒT	08:15	09:15	10:15	12:15	13:15	14:15	16:15	17:15	17:45	18:15	20:15	22:15
LES	08:20	09:20	10:20	12:20	13:20	14:20	16:20	17:20	17:50	18:20	20:20	22:20
PONTAUT												

PONTAUT TÀ BAQUEIRA

DE DELUNS A DIUENDRES

BAQUEIRA	07:30	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:20	15:10	15:10	15:50	16:20	17:35	18:30	19:20	20:20	21:20
TREDÒS	07:26	08:16	09:16	10:16	11:16	12:16	13:16	15:03	15:03	15:36	16:16	17:29	18:26	19:16	20:16	21:16
SALARDÙ	07:28	08:14	09:14	10:14	11:14	12:14	13:14	15:00	15:00	15:34	16:14	17:27	18:24	19:14	20:14	21:14
GESSA	07:23	08:13	09:13	10:13	11:13	12:13	13:13	14:57	14:57	15:33	16:13	17:28	18:23	19:13	20:13	21:13
ARTIES	07:21	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:11	14:54	14:54	15:31	16:11	17:22	18:21	19:11	20:11	21:11
GARÒS	07:19	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:09	14:50	14:50	15:29	16:09	17:19	18:19	19:09	20:09	21:09
CASARILH	07:17	08:07	09:07	10:07	11:07	12:07	13:07	14:48	14:48	15:27	16:07	17:16	18:17	19:07	20:07	21:07
ESGUNHAU	07:16	08:06	09:06	10:06	11:06	12:06	13:06	14:46	14:46	15:26	16:06	17:14	18:16	19:06	20:06	21:06
BETREN	07:14	08:04	09:04	10:04	11:04	12:04	13:04	14:43	14:43	15:24	16:04	17:12	18:14	19:04	20:04	21:04
VIELHA Colegio	07:12	08:00						14:40	14:40	15:22	16:02	17:10				
VIELHA Sapporo	07:12	08:01	09:02	10:02	11:02	12:02	13:02	14:32	14:32	15:22	16:02	17:02	18:12	19:02	20:02	21:02
VIELHA Iglesia	07:11	08:00	09:01	10:01	11:01	12:01	13:01	14:31	14:31	15:21	16:01	17:01	18:11	19:01	20:01	21:01
VIELHA Central	07:10	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:30	14:30	15:20	16:00	17:00	18:10	19:00	20:00	21:00
VIELHA Mij Aran	07:09	07:50	07:50	08:50	09:50	10:50	11:50	12:50	14:24	15:19	15:50	16:50	18:05	18:50	19:50	20:50
VILAC	07:08	07:48	07:48	08:48	09:48	10:48	11:48	12:48	14:23	15:18	15:48	16:48	18:03	18:48	19:48	20:48
BETLAN	07:06	07:46	07:46	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	14:21	15:16	15:46	16:46	18:01	18:46	19:46	20:46
AUBÈRT	07:05	07:45	07:45	08:45	09:45	10:45	11:45	12:45	14:20	15:15	15:45	16:45	18:00	18:45	19:45	20:45
PONT D'ARRÒS	07:03	07:43	07:43	08:43	09:43	10:43	11:43	12:43	14:18	15:13	15:43	16:43	17:58	18:43	19:43	20:43
BENÒS	07:02	07:42	07:42	08:42	09:42	10:42	11:42	12:42	14:17	15:12	15:42	16:42	17:57	18:42	19:42	20:42
ES BÒRDES	07:01	07:41	07:41	08:41	09:41	10:41	11:41	12:41	14:							



Bibliotèca Generau de Vielha
Av. Garona, 33
tel. 973 64 07 68 / fax 973 64 32 25
bibliovielha@aranweb.com

Se i a un dia deth libre per excellècia, aguest qu'ei eth 23 d'abriu. Mès auetz de saber qu'entara nòstra bibliotèca toti es dies der an ne son: per aquerò vos recomanam un vintenat des nauetats literàries deth nòstre pilèr de libres: entà que cada dia sigue eth dia deth libre! Bona lectura!



ADLER-OLSEN, Jussi: **El mensaje que llegó en una botella**. Madrid: Maeva, 2012. Un messatge escrit damb sang umana arribe en Departament Q, a on eth soscomissari Mørck arthen de desnishar quauqui mots des darrèrs senhaus de vida de dus gojats que desapareishèren bèth temps a. Mès, e eth criminau, encara aucís impunament?



ALEKSIÉVITX, Svetlana: **Els nois de zinc**. Barcelona: Raig Verd, 2016. Ua istòria de vertat sus era guèrra d'Afganistan, basada en testimonis reaus e qu'ei un cant ath patiment que còsten totes es guèrres.



BARTON, Fiona: **La vidua**. Barcelona: Columna, 2016. Vos presentam era prumèra novèlla d'ua periodista consagrada dera premsa anglesa. Un thriller psicologic que mos hè a pensar en un dilèma universau: carar o díder era vertat.



BLOOM, Amy: **Lejos, más lejos**. Barcelona: Destino, 2009. Ua istòria d'emigrants, de pèrtes personaus, de superacion e d'un viatge entà anar a cercar era hilha, que l'amiarà enquia Alaska.



BORONAT BRISA, Lucía: **Donde respiran las piedras**. Tarragona: Arola editors, 2016. Ua istòria nera, de desaparicions, supersticions e dolenteria umana, que se passe... en Canejan!



BOSCH, Lolita: **rabia**. Barcelona: Amsterdam, 2016. Era autora mos rebrembe en *La rabia*, eth bullying que



patic quan ère gojata, en ua novèlla valenta, aunèsta e personau coma pògues.

CERCAS, Javier: **La velocidad de la luz**. Barcelona: Tusquets, 2005. Ua novèlla plea d'imatges suggeridores en ua istòria sentimentau, pregona, evocadora, intensa e de bon lièger.



ENARD, Mathias: **Brúixola**. Barcelona: Empúries, 2016. Ipnotica, erudita, poetica e evocadora d'un Orient valuós e plen d'encants, en ua net d'insònni.



ISHERWOOD, Christopher: **Adéu a Berlin**. Barcelona: Viena, 2016. Damb ua pròsa dirècta e sense artificis, Isherwood mos auferís ua colleccion d'imatges deth Berlin d'abans deth nazisme.



LEMAITRE, Pierre: **Tres dies i una vida**. Alzira: Bromera, 2016. Aguesta qu'ei era istòria de tres moments vitaus d'un gojat, Antoine, victima dera sua pròpia culpabilitat, exemple deth costat mès escuro dera condicion umana.



MANKELL, Henning: **El retorno del profesor de baile**. Barcelona: Tusquets, 2005. Un exemple qu'eth passat jamès morís e que tostemp pòt reviscolar, dera pluma deth gran Mankell.



MANKELL, Henning: **Antes de que hiele**. Barcelona: Tusquets, 2006. Torne er inspector Wallander que, damb era sua hilha, aurà de desnishar eth motiu dera desaparicion d'ua gojata e era aparicion macabra de bocins d'un cadavre femenin.



MORRISON, Toni: **La nit de les criatures**. Barcelona: Ara Llibres, 2016. Dera prèmi Nobel de literatura deth 1993 mos arribe era vida novèllada de Lula Ann, ua mainada nera de pèth, orgulhosa dera madeisha mès damb un passat emocionau traumatic que torne a gèsser quan ei adulta.



O'BRIEN, Edna: **Las chicas de campo**. Madrid: Errata Naturae, 2013. Ena Irlanda des ans cinquanta, Caitheleen passe d'èster mainada ath mon adult de còp, e alavetz coneisherà er amor, era dolor e eth patiment des autes, tot explicat damb senzilhaesa.



PORTELL, Sebastià: **El día que va morir David Bowie**. Barcelona: Labreu, 2016. Exemple de novèlla collage, fresca e desenfadada, retrat dera vida d'un joen desorat, inconscient e passionau en ua vila grana, en un debat melodramatic entre era eleccion personau e era morau familiar.



ROTH, Joseph: **El pes fals**. Barcelona: L'Avenc, 2016. Eth pes faus que mos parle d'un tèma tant actuau com eth dera corrupcion deth sistèma per miei dera vida d'un òme aunèst que sage d'imposar er orde e trabalhar onradaments, mès, se'n gesserà?



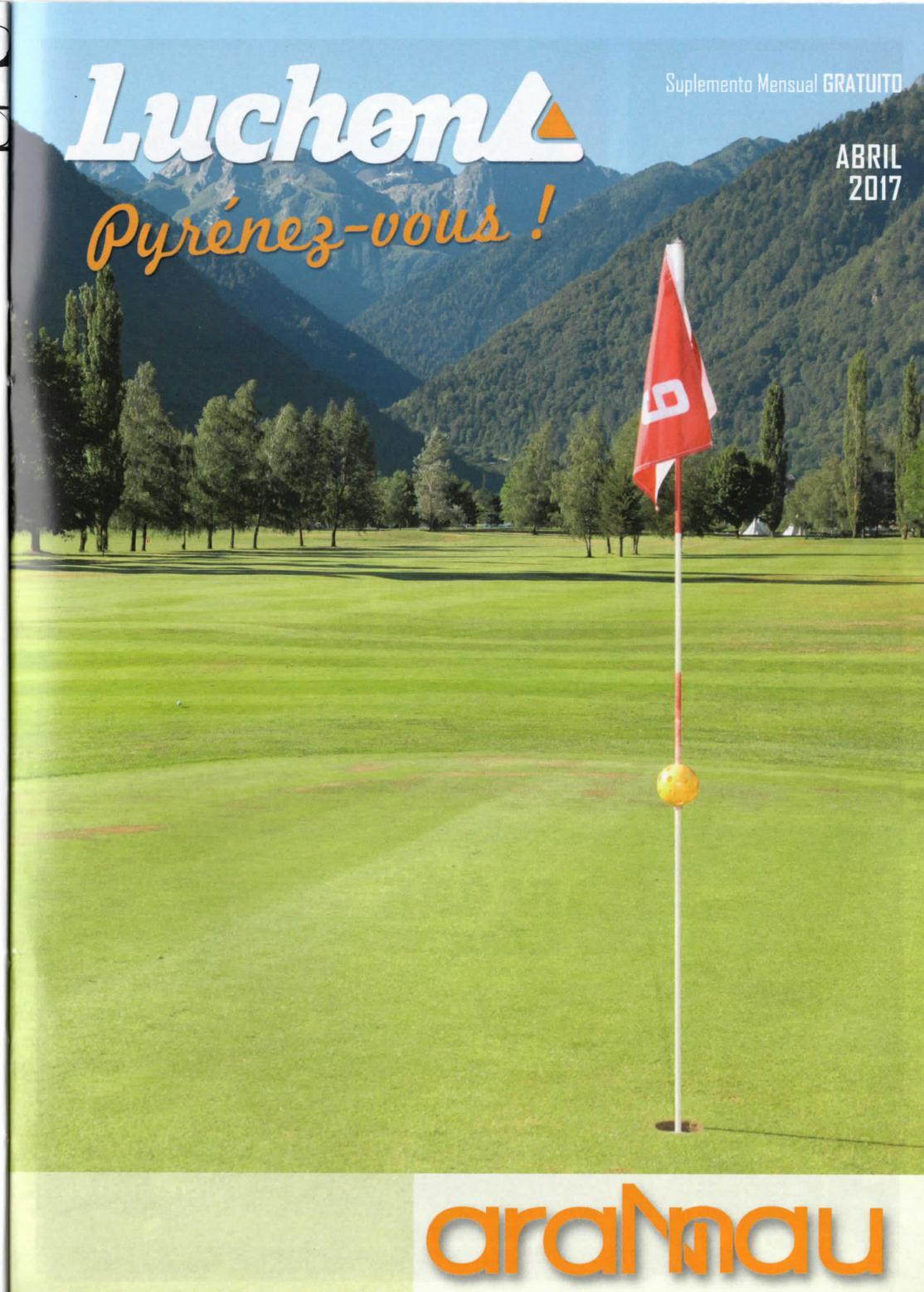
SABATÉ, Alba: **L'hotel blanc de la platja**. Barcelona: Columna, 2016. Ua novèlla escrita damb retalhs de tela cosudi, que mos hè a pensar sus es nòstes pòurs e decisions vitaus, a compdar d'un viatge que represente eth retorn emocionau tath passat dera protagonista.

Luchon

Pyrenez-vous!

Suplemento Mensual GRATUITO

ABRIL
2017



aranmau

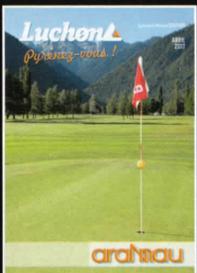


Foto: JM. EMPORTES
O.T. LUCHON

Edición:
NAU ARAN S.C.P.
Impresión:
Indugraff Offset
Maquetación y Diseño:
Alèxia Grustan.
Directora Comercial:
M^a Rosa Puig.
Director de redacción:
Jorge López Pallarès.
Tirada: 5.000 ejemplares
Depósito legal: L-1145-2008
Distribución: Gratuita
Nau Aran, S.C.P.
no se responsabiliza del contenido de los
artículos facilitados por terceras personas
en esta revista.



CARROSSERIE ET PEINTURE AUTOMOBILE
VENTE DE CHAINES ET PNEUS
REEMPLACEMENT DE PAREBRISÉS / MÉCANIQUE



Políg. Mijaran, Nave 3 / 25530 VIELHA
Tel. +34 973 64 02 09 / Móvil 619 03 55 71 / talleresgarona@gmail.com

**PEINTURE
ENTRETIEN DE MAISONS**



Alberto Diaz Bergara
(Val d'Aran)
Tel. 00 34 656 285 749

TAXI Mercedes-Benz
JOSEP CAU

à PONTAUT
(1.5km de la frontière)

- Toutes distances
- Transports à Barcelone, Toulouse et villages des alentours
- Véhicule équipé avec du porte-vélos



00 34 699 22 57 27

Parfumerie Esthétique
Parfumerie *Passion*
Esthétique **Danièle** *Beauté*
24 allés d'éigny · 31110 - LUCHON · 05 61 79 11 68

FARRE FLORISTES
vente de plantes
fleurs coupées
compositions florales
rosiers
et toutes variétés
d'arbres fruitiers
TOUT TRAVAUX DE JARDINAGE
ENTRETIEN DE JARDINS
TAILLES, DÉBRUSAILLAGES
Centre Comercial Boya · 25540 LES (Val d'Aran)
Tel. 00 34 973 64 87 20 - farrefloristes@facebook.com

Vientos del pueblo latino

CONCIERTO, MÚSICA Y CANCIONES TRADICIONALES DE AMÉRICA LATINA

SÁBADO 8 DE ABRIL DE 2017

21 HORAS CASINO DE LUCHON

SALA HENRI PAC

"Cuatro para los Andes"



Fafa, Naira ANDRADE, Rodrigo, Vidal ROJAS

"Duo pampa"



Fabian ORDONEZ y Rodrigo MOSQUERA

"Harpe : Vénézuéla - Paraguay"



Geber FERNANDEZ

Precio único : 18 €
Entradas en la taquilla

Reservas en Oficina
de Turismo de Luchon :
00 33 561 79 21 21
Sin numerar

© Marie de Bognières-de-Luchon 2017



peña flamenca rebecca

Direction artistique :
Rebecca 05 61 49 67 24

Licence n° 2-1045642 & n°3-1045643

Absolutamente prohibidas
las fotos, filmaciones
y videos

Luchon
LA VILLE
Pyrénées-vous !

VIBRA



RESPIRA

DISFRUTA



Luchon
SUPERBAGNÈRES
Pyrénéz-vous !

LUCHON-SUPERBAGNERES.COM

hotelrepublic.com - 2016 - © Alexandre Lamoureux

Ne pas jeter sur la voie publique



LUCHONANETOTRAIL

8 et 9 juillet 2017



Samedi 8

20 km

1300 m D+

LA KBOUR

TRAIL DES OURSONS

6 - 12 ans

Dimanche 9

75 km

4500 m D+

LA ROUTE 3404

45 km

2800 m D+

LA VÉNASQUE

14 km

650 m D+

LA RAVI-SENTE



Informations & inscriptions : www.luchonanetotrail.fr



Vaporarium natural

Luchon
FORME & BIEN-ÊTRE
Pyrénéz-vous!

único en Europa



El bienestar
en el corazón de los Pirineos

Vaporarium
ÚNICO BAÑO TURCO
NATURAL DE EUROPA
+ Piscina
EN AGUA TERMAL
15
EUROS

Espacio para niños abierto de las 10 de la mañana a las 4 de la tarde del 22 de diciembre al 5 de enero y del 23 de febrero al 16 de marzo

Foto: Alain Felix

Ven a descubrir nuestros cuidados, consultando nuestra nueva WEB www.luchon-bien-etre.fr

Regale bienestar.
Ofrezca a sus amigos y familiares una sesión en LUCHON FORME ET BIEN ÊTRE



Solamente a dos pasos de la Val d'Aran

Luchon Forme et Bien-Être

Cours des Quinconces

31110 Bagnères de Luchon - FRANCIA

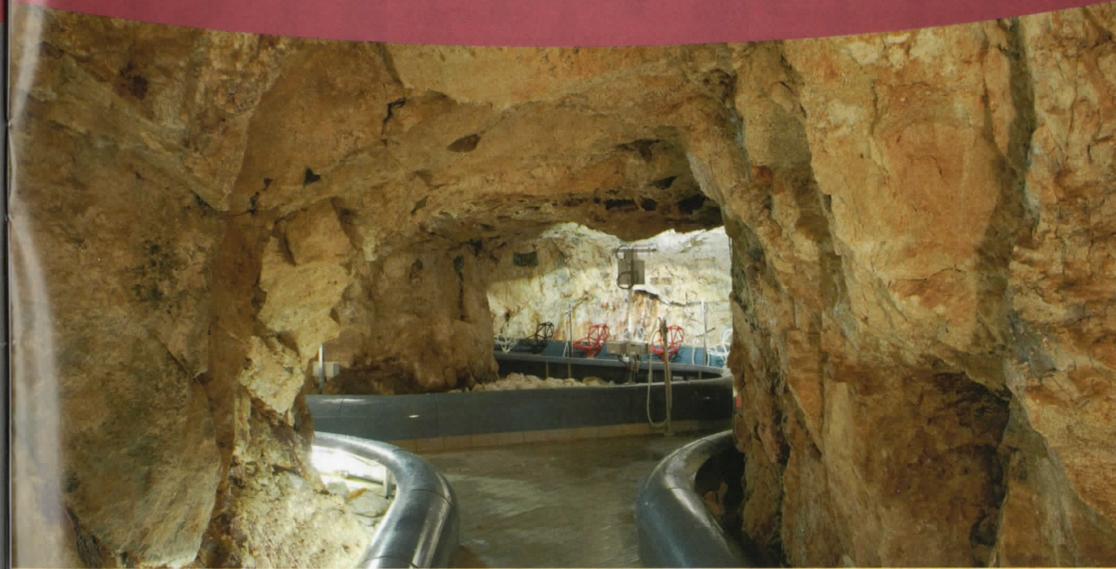
Tél: 00 33 5 61 79 22 97 / Fax: 00 33 5 61 79 72 41

info@luchon-bien-etre.fr www.luchon-bien-etre.fr

Presentando este cupón le aplicaremos una tarifa de 13 €, precio especial para los lectores de Aran Nau, en lugar del precio normal que es de 15€ (este cupón sirve para varias personas)

el Vaporarium

Hammam Natural único de Europa



El famoso Vaporarium de Luchon es realmente lo que nos distingue de los otros centros de balneoterapia. Descubierta por los romanos, el Vaporarium es un hammam natural de agua con azufre. Según los mismos romanos:

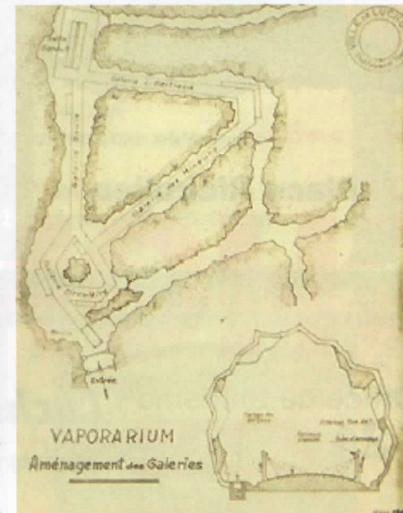
(38-42 °C) y húmedo (95%) que favorece:
-El equilibrio ponderal.
-La limpieza de la piel (El azufre limpia la grasa de los poros de la piel).
-La eliminación de toxinas.
-La permeabilidad de las vías respiratorias.

« Balneum lixonense post neapolitense primum »

Los baños de Luchon son los primeros después de los de Nápoles. Con estas palabras nos damos cuenta de lo importante que era Luchon en la época de los romanos y de la suerte de poder aprovechar hoy en día este lugar único.

Curiosidades:

La longitud total de sus galerías (150 metros) lo convierten en un lugar único en Europa. Está formado por galerías naturales, pero acondicionadas para proporcionar el confort necesario. Sus aguas termales, ricas en azufre y sodio, filtran a través de las paredes de las galerías. Su temperatura natural es de 73 °C, pero se crea un ambiente cálido



Hacer una sesión normal:

- 1° - De 10 a 15 minutos de paseo, seguido de un reposo, sentado, en el interior de las galerías (Donde se anuncia la hora cada 5 minutos).
- 2° - Se realiza una ducha obligatoria y un baño de 10 a 15 minutos en la piscina de agua caliente (33 °C)
- 3° - Después de repetir el paso 1 y 2 del programa, hay un período de 15 minutos de relajación en las tumbonas que rodean la piscina.

Para un mejor bienestar común, se recomienda guardar el mayor silencio posible en el Vaporarium.

Krystel Moscato & Le Printemps du rive présentent

moscato

au galop!

20 AVRIL 2017
À 20H30



DISPONIBLE
en DVD, Blu-ray™
et Coffret 2 DVD

CONTACT DIRECTION Alysée Mallor : contact@kvmprod.fr

SALLE HENRI PAC | Place Richelieu | 31110

LUCHON



RÉSERVATIONS : Office de tourisme

05 61 79 21 21

ET POINTS DE
VENTE HABITUELS

18 Allée d'Etigny, Luchon

Luchon LA VILLE
Pyrénez-vous!

Luchon
Pyrénez-vous!

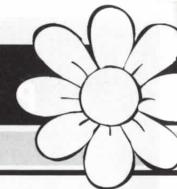
Fenêtres
LORENOVE
www.lorenove.fr

UNIVERSAL

Krystel Moscato Productions

RMC
INFO TALK SPORT

Índice anunciantes



ALIMENTACION Naranjas María Teresa (Valencia)	11	DENTISTAS Clínica Dental Dr. Chela (Vielha)	2	POMPAS FUNEBRES Funeraria Saura (Vielha)	17
ALQUILER MAQUINARIA Calvo (Vielha)	11	ESCUELAS DE INGLES Kids & Fun (Vielha)	16	RESTAURANTES Casa Vall de Montgarri (Montgarri) Valencia House (Vielha)	13 9
ASESORIAS – GESTORIAS- ABOGADOS Cadion (Vielha) Godoy Gestió (Vielha) Abocam (Vielha)	17 7 11	FESTIVALES Jazz en Comminges (St. Gaudens)	19	SUPERMERCADOS Leclerc St. Gopôle (Estancarbon-St. Gaudens) Super U (Gourdan Polignan) Intermarché (Luchon – Cierp Gaud) –	3 9 18
ATRACCIONES Le Petit Train Luchonnais (Luchon)	17	FLORISTERIAS Farré Floristes (Les) Eth Jardinet (Vielha) Pradel Horticulture (Luchon)	13 21 23	TALLERES AUTOMOVILES Talleres Salva (Vielha) Talleres Garona (Vielha)	15 13
BAR – CAFETERÍA Café Nuevo (Vielha)	11	GUIAS TURISTICOS Aranculturau (Vielha)	11	TAXIS Taxi Pepito (Pontaut)	7
BICICLETAS – VENTA Y REPARACIÓN Luchon MTB (Luchon)	15	HOTELES Hotel Aran (Vielha)	21	TELEFONÍA Hola Mobi (Vielha)	15
CARPINTERIA DE ALUMINIO Tancaments del Pirineu (Vielha)	7	INFORMATICA Vielha Computer (Vielha)	5	TERAPIAS Esencia Terapias (Vielha)	22
CENTRO COMERCIAL Hiper Asia (Vielha)	7	LIBRERÍA Y PAPELERIA Eth Plumier (Vielha)	13	TERMAS Termas Baronía de Les (Les)	21
CONCESIONARIO AUTOMÓVILES Unicars Ponent (Lleida)	5	LIMPIEZA DE CHIMENEAS Limpiezas de Chimeneas (Sort)	21	VETERINARIOS Aran Veterinaris (Vielha)	10
CORTINAS y TAPICERIAS Magatzems Sant Jordi (Lérida)	13	MODA Era Mainadera (Les)	21		
		PARQUE DE FAUNA Y FLORA Aran Park (Portilhon – Bossòst)	36		

Índice anunciantes revista LUCHON

ESTACIONES DE ESQUI Luchon Superbagnères	4	PERFUMERIAS Y ESTETICA Danielle Perfumerie (Luchon)	2	TAXIS Taxi Pepito (Pontaut)	2
FLORISTERIAS Farré (Supermercado Boya – Les)	2	PINTURA y MANTENIMIENTO Alberto Díaz	2	TERMAS Luchon Forme et Bien Être (Luchon)	6/7
		TALLERES AUTOMÓVILES Talleres Garona (Vielha)	2		

PARQUE DE FAUNA - BOSSOST - VAL D'ARAN

ARAN



PARK

PRÓXIMA
APERTURA
1 DE ABRIL
2017



Création : www.ofidea.com

**VAL D'ARAN**
La esencia de los Pirineos

www.aran-park.com