TENDENCIA®

El Arte de Viajar

wellness traveler

Salud & Bienestar



BAJA CALIFORNIA SUR



LOS CABOS

@visitaloscabos VisitaLosCabos visitaloscabos.travel



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa

MÉXICO
visitmexico.com

TENDENCIA®
El Arte de Viajar

Dirección General
Claudia V. del Pino Peña
claudia.delpino@tendenciamagazine.com

Asistente Dirección
Ana Erika Espinoza Antillón
ana.antillon@tendenciamagazine.com

Coordinación Editorial
Jessica Jacqueline Hernández
jessica.hernandez@tendenciamagazine.com

Editor Ejecutivo
Paola Bulnes Vázquez
paola.bulnes@tendenciamagazine.com

Editor Inglés
Ronald S. Klein

Editor Español
Yana Aguirre
yana.aguirre@tendenciamagazine.com

Dirección de Arte
Juan Manuel Peña Mendoza
juan.pena@tendenciamagazine.com

Diseño Gráfico
Heriberto García Carmona
heriberto.garcia@tendenciamagazine.com

Fotografías
Daniel Jireh
daniel.jireh@tendenciamagazine.com

Dirección de Comercialización
Ma. del Socorro García Domínguez
soco.garcia@tendenciamagazine.com

Gerencia Planeación Comercial
Lorena Mejía Leyva
lorena.mejia@tendenciamagazine.com

Gerencia Ventas y Mercadotecnia
Astrid Castañeda Ruiz
astrid.castaneda@tendenciamagazine.com

Ejecutiva de Ventas-Los Cabos
María Elena Flores Cervantes
maria.flores@tendenciamagazine.com

Ejecutiva de Ventas-La Paz
Itzel Loya García
itzel.loya@tendenciamagazine.com

Dirección Marketing Digital
Bea Mejía
bea.mejia@tendenciamagazine.com

Diseño Gráfico & Social Media
Gerardo Montaño Ruiz
gerardo.montano@tendenciamagazine.com

Social Media
Felipe Romero Ruiz
felipe.romero@tendenciamagazine.com

Distribución

Elizabeth Ortega Ramírez	Los Cabos
Nadia González Mejía	Guadalajara
Dora María Peña Luna	México
Eddie Luna/Elics Travel	Monterrey
Revista Mujer Actual	Tijuana-Ensenada-San Diego
Martha Olivia Beyer Pérez	Cancún
Amalia Cuevas Nungaray	Hermosillo
Hilda Hernández	Chicago
Miriam Rebling	Nueva York
Consejo de Promoción Turística	Los Ángeles
Relaciones Públicas	Aeropuerto John Wayne, Orange County, CA.

DERECHOS DE AUTOR Y DERECHOS CONEXOS, Año 2014, No. 19, marzo a abril 2014, es una publicación bimestral editada por Pleamar Cultural, S. de R.L. de C.V., Hidalgo S/N Local 3 entre V. Carranza y A. Obregón, Col. Matamoros, Cabo San Lucas, Baja California Sur, CP 23468, teléfono (624) 104-3516, http://www.tendenciamagazine.com/ <http://www.tendenciamagazine.com/> . Editor responsable: Claudia Veronica del Pino Peña. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2012-101712221000-102. ISSN: En trámite; ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Licitud de Título y Contenido No. 15906, otorgado por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. Impresa por MBM IMPRESORA, S.A. DE C.V., Mirador 77, Ampliación Tepepan 16020, Xochimilco, México, Distrito Federal. Este número se terminó de imprimir el 15 de junio del 2014 con un tiraje de 10,000 ejemplares.


Rámuri
CERVECERIA
Flavours that touch the soul, beers that elevate the spirit.
A hand crafted experience
Featuring: Rib Eye Steak with Batari Chonami beer
Reservaciones: (624) 143.3571 | reserve@cervezaramuri.com
www.cervezaramuri.com

Carta Editorial

A Note From The Editor

El turismo de bienestar tiene un auge impresionante y Baja California Sur posee las cualidades que se buscan para mantener un estilo de vida saludable durante las vacaciones. En esta edición resaltamos los programas que se han desarrollado para atraer a las personas que buscan destinos en los cuales puedan estar en contacto con la naturaleza, que incluyan opciones saludables en restaurantes, programas de relajación, servicios de spa y gimnasios dirigidos por profesionales.

Nuestro profundo reconocimiento a quienes contribuyeron con su experiencia, gracias a ellos podemos compartir y mostrar porqué este destino se mantiene a la vanguardia en bienestar.

The popularity of wellness tourism is at its peak and Baja California Sur possesses the necessary qualities to lead a healthy life during vacations. In this edition, we highlight the programs that have been developed to attract people seeking destinations where they can be in touch with nature, that includes healthy options at restaurants, relaxation treatments, and spa services, as well as gyms run by professionals.

Our deep appreciation goes to those who have contributed their experiences. Thanks to them, we can share and demonstrate why this destination remains at the forefront of wellness.



Claudia V. del Pino Peña
Dirección General

Colaboradores



Adriana Tello de Meneses



Fermín Reygadas Dahl



Fernando Azcona Lizárraga



Gabriel Fonseca Verdugo



Gabriela Camus



José Martín Olmos Ceseña



Jesús Manuel Corral González



Laura G. Bueno



Michael Koehn



Víctor González

CONSEJO EDITORIAL

Armando Figaredo Cantú
Cristina Rodríguez Bremer
Enrique Hambleton
Fernando Azcona Lizárraga
Gabriel Fonseca Verdugo
Harumi Fujita
Jesús Manuel Corral González
Oscar Ortiz García
Ricardo Ampudia
Severino Gómez
Yandi Monardo

CONTENIDO

08
VIAJANDO
Traveling
Jesús Corral

14
LA ENTREVISTA
Interview
Modu Seye

18
RANCHO ECOLÓGICO SOL DE MAYO
Gabriel Fonseca

24
BAJA CALIFORNIA SUR Y SUS BENEVOLENCIAS
The Blessings of Baja California Sur
Gabriela Camus

66
LEYENDA
Legend



CONTENT

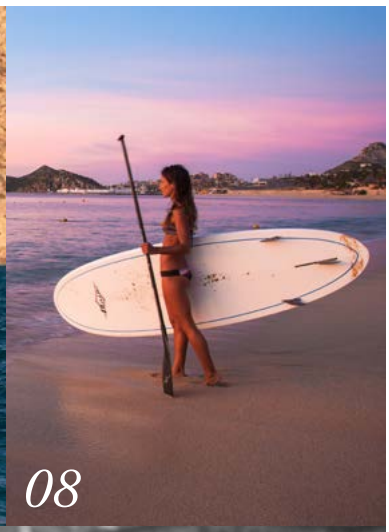
68
LITERATURA CALIFORNIANA
Californian Literature

70
¡NUEVAS OPORTUNIDADES DE PROMOCIÓN AL FINAL DE LA TIERRA!
New Promotion Opportunities for the Land's End!
Fernando Azcona

74
ALIMENTACIÓN SALUDABLE
Healthy Eating
Michael Kohen

78
UN RELATO DEL ESCRITORIO DE LAURA G. BUENO
A Story from the Desk of Laura G. Bueno

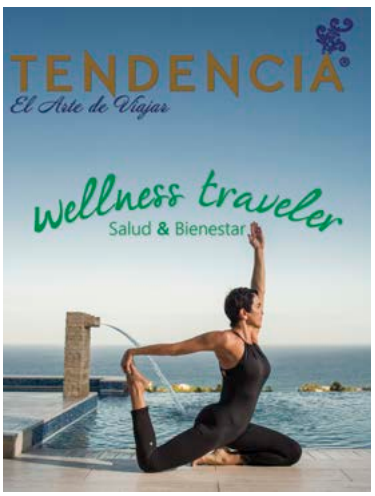






84
LAS BALLENAS DE BAJA CALIFORNIA
Thar She Blows!
Whale Ahoy!
Víctor González

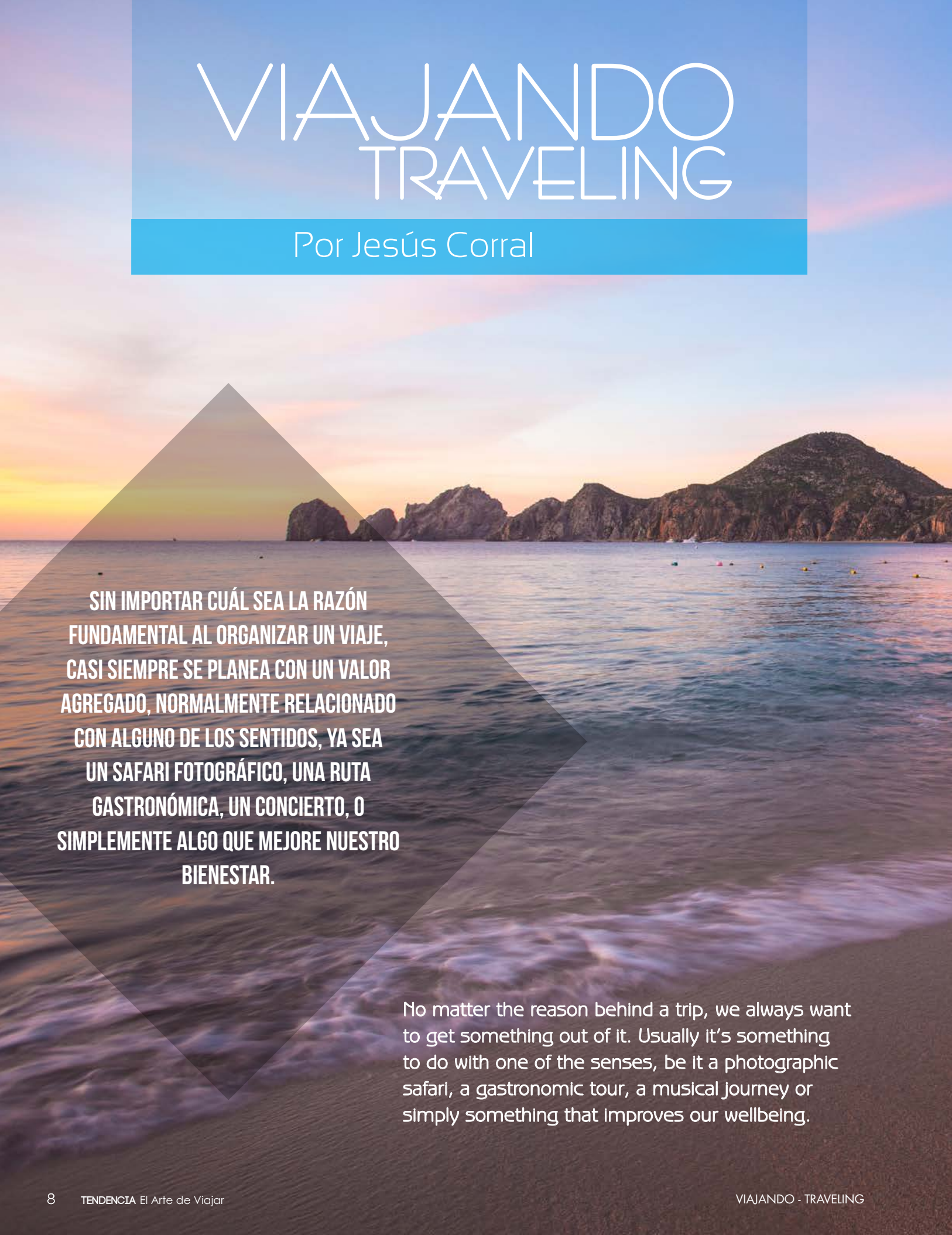
90
LA MULA MIL
Fermín Reygadas Dahl



Portada / Cover
Marisela Díaz Heredia
Casa Ki - Querencia
Arq. Roberto Contreras
Fotógrafo: Carlos Herrera

VIAJANDO TRAVELING

Por Jesús Corral



SIN IMPORTAR CUÁL SEA LA RAZÓN FUNDAMENTAL AL ORGANIZAR UN VIAJE, CASI SIEMPRE SE PLANEA CON UN VALOR AGREGADO, NORMALMENTE RELACIONADO CON ALGUNO DE LOS SENTIDOS, YA SEA UN SAFARI FOTOGRÁFICO, UNA RUTA GASTRONÓMICA, UN CONCIERTO, O SIMPLEMENTE ALGO QUE MEJORE NUESTRO BIENESTAR.

No matter the reason behind a trip, we always want to get something out of it. Usually it's something to do with one of the senses, be it a photographic safari, a gastronomic tour, a musical journey or simply something that improves our wellbeing.

El turismo ha tenido un proceso de sofisticación y evolución importante, ya no es suficiente viajar o moverse de un lugar a otro; ahora se hace con una razón perfectamente identificada. Los empresarios del turismo han sido creativos en sus procesos de mercadotecnia para atraer al viajero más exigente.

Desde hace 50 años, la teoría de la pirámide de Abraham Maslow define la jerarquía de necesidades humanas y su consecuente subordinación para lograr metas y objetivos elevados. En su primer nivel, se encuentra la fisiología, que son las necesidades relacionadas con la respiración, la alimentación, el descanso, la sexualidad y la adaptación a las nuevas condiciones de vida. Precisamente el turismo de bienestar está enfocado en eso.

Tourism has gone through a process of sophistication and a very important evolution. Simply going to one place or another is no longer enough. Today, we need an identified reason to do so. It challenges tourism business people to be creative with their marketing in order to attract the most demanding travelers. It's even more difficult to make their visits repetitive.

Nearly 50 years ago, Abraham Maslow's theory of the pyramid defined the hierarchy of human needs and their consequent subordination in order to achieve goals and higher objectives. Of course, this can and must form part of the process of achieving wellness. On its first level, the base, we find the needs related to respiration, nourishment, rest, sexuality and the adaptation to new lifestyle conditions. That is precisely the focus of wellness tourism.



El turista hoy en día busca viajes temáticos. El bienestar forma una parte significativa del abanico de opciones y los destinos han integrado ese componente de salud que incluye: alimentación, masajes, tratamientos de hidroterapia, aromaterapia, e incluso paquetes mucho más sofisticados como aquellos que pudieran ser de rehabilitación, atención a la salud, tratamiento de adicciones, o de hábitos de alimentación, e incluso de cirugía estética.

The discerning tourist nowadays looks for themed trips. One of the many options is the search for wellness. So much so, that many destinations that had been conceptualized as sunny beaches, fishing, golf, adventure tourism, conferences or conventions, and even some historic have had to add packages that include healthy food, massages, hydrotherapy treatments, and aromatherapy. Some offer more sophisticated options such as rehabilitation, addiction treatment, eating habits and even aesthetic surgery.

Cada vez se busca más un acercamiento a la naturaleza, retomar los valores y entender al cuerpo humano como tal para no perdernos; de ahí surge la importancia del turismo de bienestar.

Por su entorno geográfico y su baja densidad poblacional, Baja California Sur es el escenario perfecto para la práctica de esta variable turística. Pueden encontrarse actividades que promueven la recuperación física, emocional, mental, social y espiritual.

The possibility of coming closer with nature and to the basics of life is more in demand every day and, as paradoxical as it may seem, it is not easy or economical. However, in a world where it may seem that technology is bringing us closer, it turns out that is important to rethink our basic values and understand the human body the way it is so we don't get lost. That is the importance of wellness tourism.

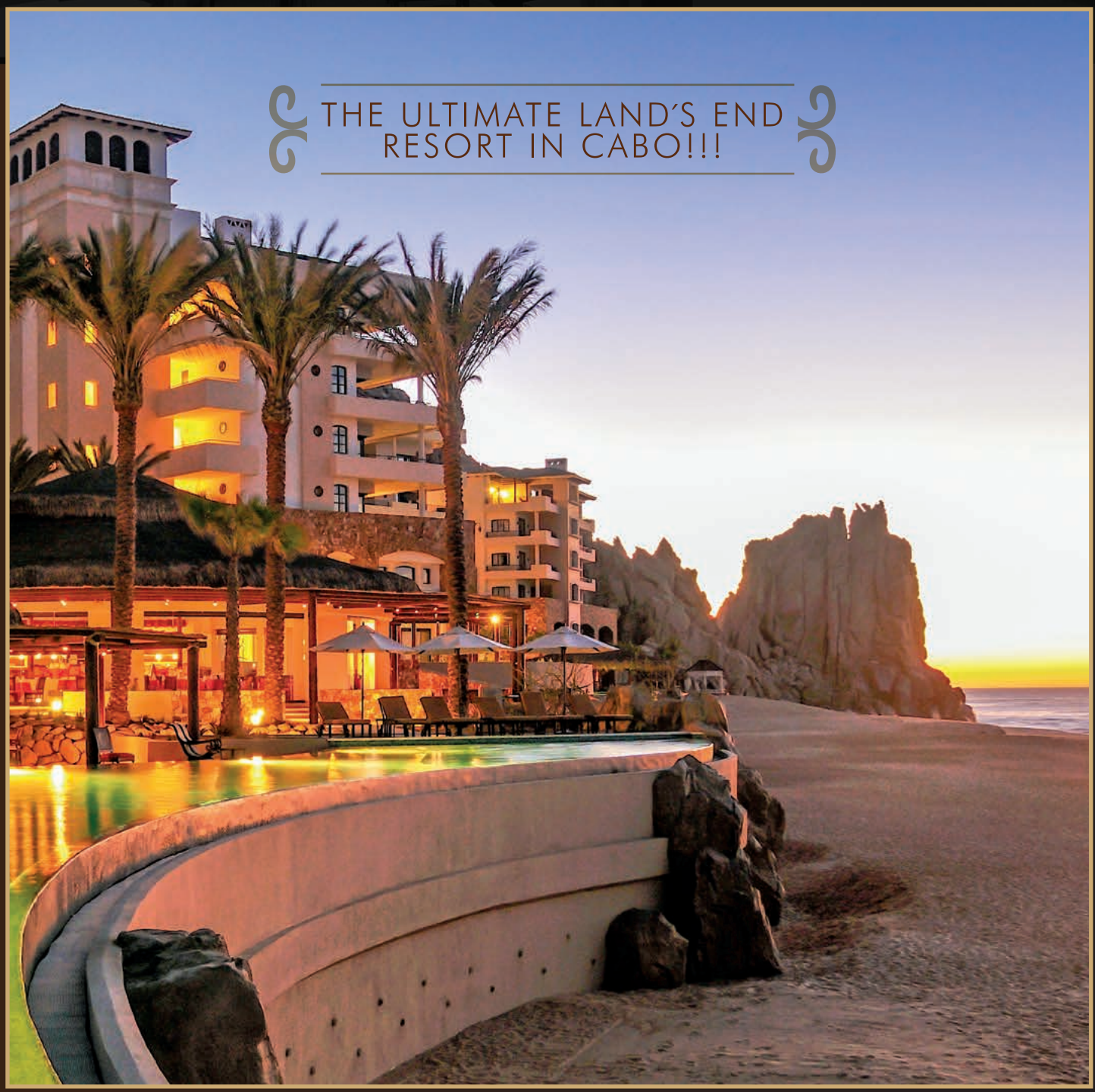
Due to its geographic environment and low population density, Baja California Sur is the perfect scenario for the practice of this specific kind of tourism. In this State, people can find themselves through activities that promote physical, emotional, mental, social and spiritual improvement. A diversity of techniques can be found in hotels or external groups, on the beach or in the mountains.



El respeto por el medio ambiente es quizá una de las formas elementales para alcanzar el bienestar, además es divertido realizar actividades ecoturísticas a lo largo de la península por su infinidad de opciones.

Respect towards the environment is, perhaps, one of the most elemental ways to achieve wellness. However, when it has not been taught since childhood, a fundamental process of consciousness and re-education is required. It just happens to be easy and fun when the person participates in the Ecotourism activities that are practiced on the peninsula.

Grand Solmar
LAND'S END
Resort & Spa Cabo San Lucas



Condé Nast Traveler GOLD LIST 2014
THE WORLD'S BEST PLACES TO STAY

BOOK ONLINE OR CALL TOLL FREE FOR OUR LAND'S END SPECIALS

Find Us: / *Solmar Resorts* / *Solmar Resorts*

SOLMAR HOTELS & RESORTS Avenida Playa Grande #1 Cabo San Lucas, BCS Mexico 23450
Ph (624) 145 7575 · Fax (624) 143 6655 · Toll Free USA (800) 344 3349 · US Ph (310) 459 9861
US Fax (310) 454 1686, **E-mail: reservaciones@solmar.com.mx , www.solmar.com**
http://www.solmartravelexperts.com/

Solmar
HOTELS & RESORTS

Los viajes gastronómicos resultan una verdadera delicia para todos los sentidos por razones más que obvias, sin embargo cuando éstos son aderezados con algo más que comida o bebida, se tornan en una experiencia inolvidable; es decir, el deseo y curiosidad de aprender de cada uno de ellos, nos llevarán a dimensiones totalmente diferentes en la apreciación.

El mayor incentivo es sentirse bien consigo mismo, y esa tendencia es la que está marcando al turista actual. En Baja California Sur se pueden encontrar formas de lograrlo: masajes, pilates, meditación, yoga, programas de nutrición o inmersión en aguas termales, cualquiera que sea su gusto, es casi seguro que aquí lo encontrará. Pruebe sentirse mejor practicando algo diferente, algo nuevo, estamos seguros que después de eso, ya nada será igual.

Gastronomic trips are a real delight for all the senses for more than the obvious reasons. However, when these trips are complemented with something more than just food and drink, they turn into an unforgettable experience. The desire and curiosity to learn about each of them take us to different dimensions of appreciation.

There is nothing better than feeling good about oneself, and this trend is what the most demanding tourist is looking for. In order to reach a higher quality of life it is important to feel well. In Baja California Sur you can find a lot of ways to accomplish just that. Maybe it's a relaxing massage, Pilates classes or a course on breathing. Perhaps paddle board yoga, nutrition programs or immersion in thermic waters. Whatever your preferences, you'll definitely find them here.

Come visit Baja California Sur. Try feeling better by trying something different, something new. We're sure nothing will ever be the same.





www.hotelcaliforniabaja.com

Colorful Cozy Rooms | Mexiteranian Dining | Eclectic Shopping

info@hotelcaliforniabaja.com (612) 145 0525

LA ENTREVISTA
INTERVIEW

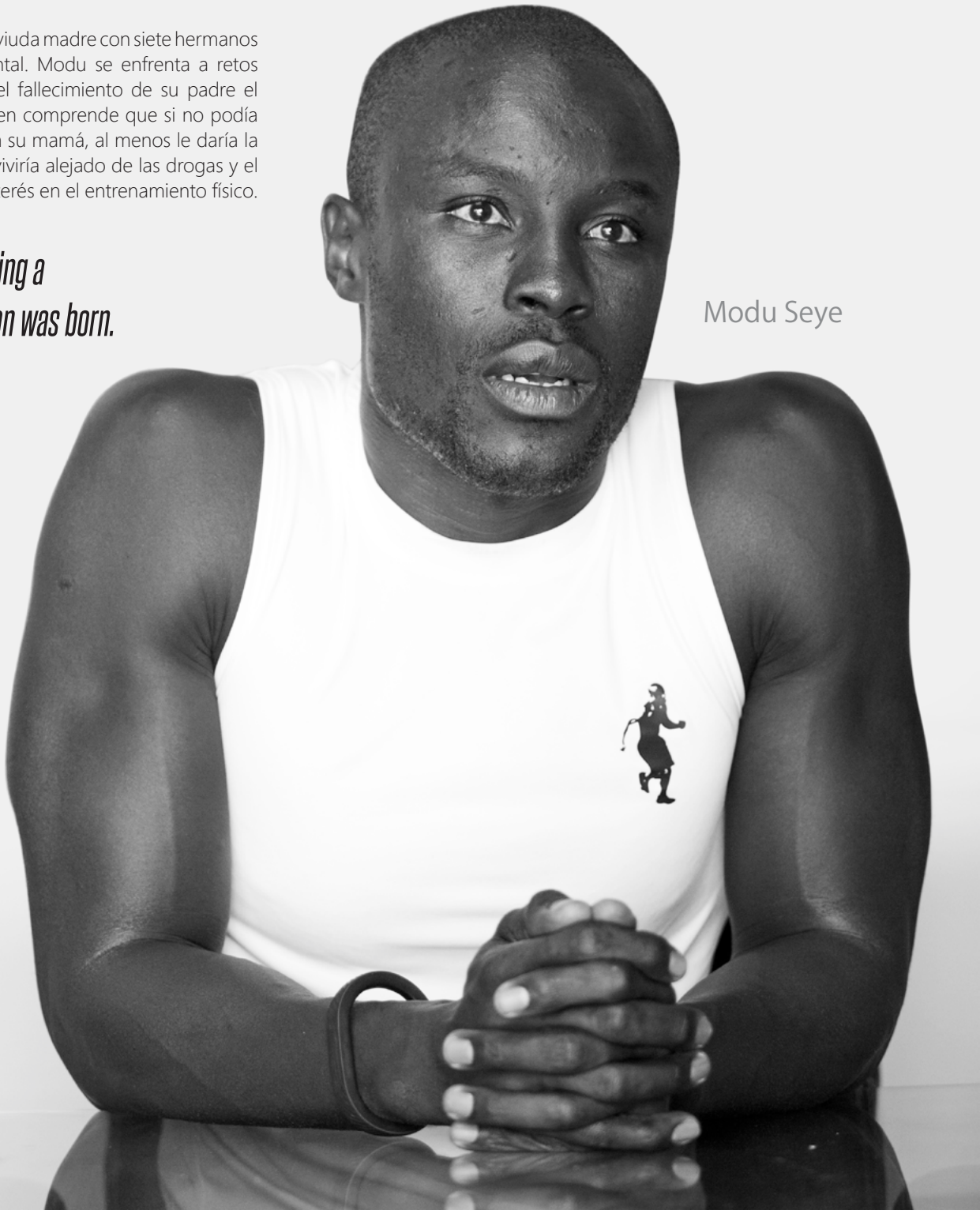
DA UN ENORME GIRO A SU VIDA AL SEGUIR SU PASIÓN Y CREAR UNA EXITOSA EMPRESA DE ENTRENAMIENTO FÍSICO.

Criado por su trabajadora y viuda madre con siete hermanos en Senegal, África Occidental. Modu se enfrenta a retos desde su nacimiento con el fallecimiento de su padre el mismo día. Desde muy joven comprende que si no podía ofrecer apoyo económico a su mamá, al menos le daría la tranquilidad de saber que viviría alejado de las drogas y el alcohol. Así comienza su interés en el entrenamiento físico.

From a humble upbringing a successful businessman was born.

Brought up by his hard-working, widowed mother with seven siblings in Senegal, West Africa, Modu went from having nothing in his homeland to building his own fitness empire on the other side of the world.

He faced countless challenges from the day he was born including the passing of his father on Modu's day of birth. He decided at a very young age that if he couldn't offer his mother financial support, he would at least give her some peace of mind by staying away from drugs and alcohol. That is how his interest in health and fitness began.



Modu Seye

Llega a Nebraska, Estados Unidos, para empezar de cero. Entra a la universidad donde se gradúa en Ciencias Computacionales, continúa su educación con una maestría en Informática. La verdadera aventura comienza cuando decide perseguir su pasión por el entrenamiento físico, que implica dejar su trabajo en el campo tecnológico con un excelente ingreso, para empezar desde cero una vez más. Decepciona a su familia y amigos al darles la noticia sobre la renuncia de un trabajo estable. Sin embargo, la decisión es firme y vive un momento crucial donde se da cuenta que tener pasión por algo, no tiene precio.

Se muda a Los Ángeles, California, donde entra al mundo del modelaje antes de dedicarse completamente al entrenamiento físico. Comienza a trabajar en un gimnasio donde aprende lo necesario para ser entrenador personal y recibe certificados del NASM y NESTA. Lo que empieza como un reto en poco tiempo le trae mucho éxito, y determina abrir su empresa, ModuVated.

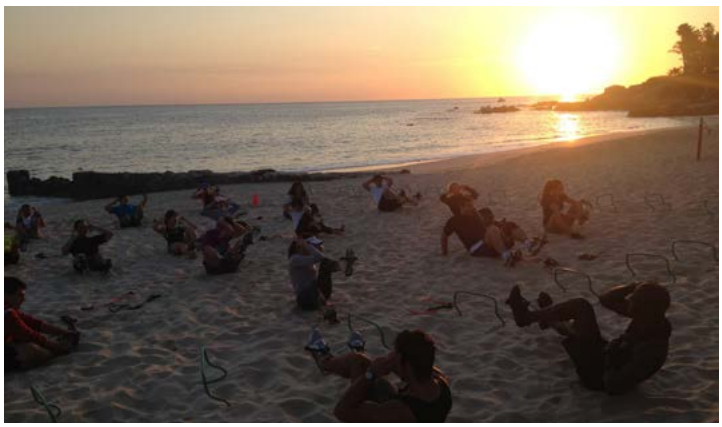
En los entrenamientos aprenderás que tu mejor aliado para mejorar la condición física es tu propio cuerpo.

Una estancia que originalmente duraría 6 meses entrenando a dos de sus clientes, convierte a Los Cabos en su hogar durante los últimos cuatro años. Más que el clima y las playas, Modu está fascinado con la amabilidad y hospitalidad de las personas de este lugar.

Moduvated es un concepto que va más allá del entrenamiento físico. Los humildes comienzos de Modu, junto con la gratitud a quienes lo ayudaron a ser quien es hoy, lo inspiran a empezar proyectos para apoyar a la comunidad y trabajar con los niños de Los Cabos. Cree que la salud juega un papel muy importante en alcanzar metas, aunque solo es el comienzo.

Todos tenemos una responsabilidad social que debemos inculcar a los que nos rodean, especialmente a las futuras generaciones.

El adolescente asustado que llegó a un país extraño hace solo 15 años, es ahora un gurú del entrenamiento físico, apasionado por lo que hace y comprometido con la sociedad de Los Cabos. Con su audaz confianza y personalidad afable, ha alcanzado un estado icónico que va más allá de las pesas y entrenamientos.



Arriving penniless in Nebraska, United States, Modu made his way through college and graduated with a bachelor's degree in Computer Science. He continued his education with an MBA in Information Systems and worked for several years in that field. The real adventure began when he decided to pursue his true passion, fitness. This meant leaving the high paying IT field, and starting from square one again. His family and friends expressed their disappointment after he shared the news he was leaving a job where he was very successful. Nonetheless, his decision to put his own happiness first had been made. Modu reached a pivotal moment in his life when he realized that passion has no price tag.

He moved to Los Angeles, California where he pursued a career in modeling before turning his focus entirely to fitness. His days were spent working at a gym where he learned the ropes of personal training and received certificates from NASM and NESTA. What started out as a struggle soon brought great success when he finally decided to start a company he would call ModuVated.

In boot camp, you learn that your strongest ally for getting in shape is your own body weight, which is like your portable, personal gym.

A six-month stint in Cabo San Lucas training two of his clients resulted in him calling Los Cabos home for the past four years. Modu has stayed not only because of the nice weather and beautiful beaches, but because he was charmed by the friendly and welcoming locals.

ModuVated soon developed into a concept much bigger than training alone. Modu's humble beginnings coupled with his gratitude for all those who helped him get to where he is today, led him to community action projects and several programs working with the children of Los Cabos. Modu believes that overall health plays an important roll in achieving goals, but it is only the beginning.

Everyone has a social responsibility to instill that concept in those that surround us, especially the future generation, the children of Los Cabos.

The frightened teenager who arrived in a foreign land just fifteen years ago is now a well-known fitness guru who both loves his job, and is loved by many. With his bold confidence and his easygoing personality, he has reached an iconic status that goes beyond weights and boot camps.



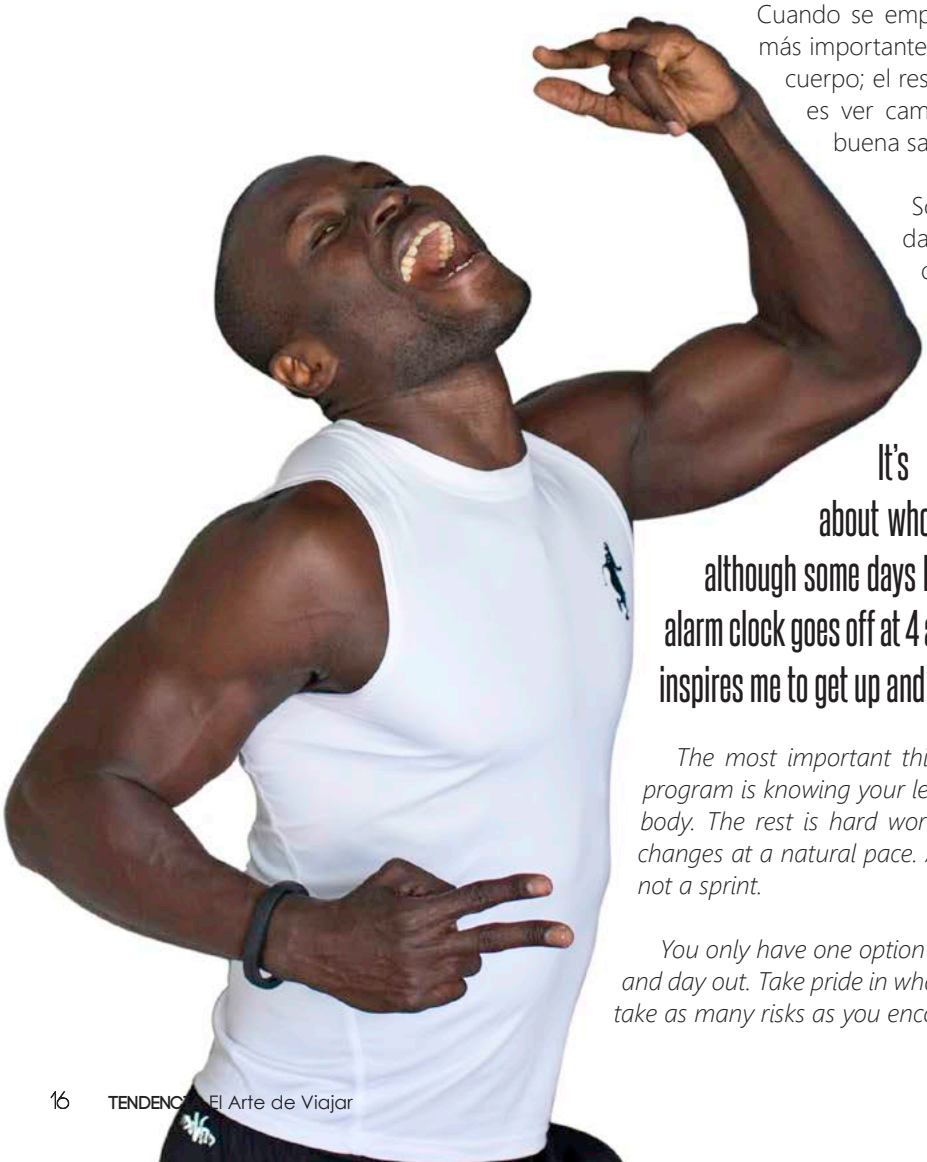
> CREO QUE NO SE TRATA DE DONDE VIENES, SINO DE QUIEN DECIDES SER EN LA VIDA.

"VAMOS" "LET'S GO"

Tal vez hay días en los que trabaje hasta medianoche, pero cuando suena el despertador a las 4 am, la imagen de mi madre viene a la mente y me inspira a levantarme y decir "Vamos".

Cuando se empieza con un entrenamiento físico lo más importante es conocer tu nivel, puntos fuertes y cuerpo; el resto es esfuerzo y motivación. La meta es ver cambios a un ritmo natural; lograr una buena salud es un maratón no un carrera.

Solo hay una opción en la vida, y eso es dar el 100% día a día. Sentirse orgulloso de lo que haces, aprovechar todas las oportunidades y tomar riesgos para lograr sus metas.



It's not about where you're from but about whom you choose to become in life and although some days I might work until midnight, when the alarm clock goes off at 4 am the vision of my mother in my head inspires me to get up and say "Let's go."

The most important thing when starting a physical training program is knowing your level of fitness, your strengths and your body. The rest is hard work and motivation. The goal is to see changes at a natural pace. Achieving good health is a marathon, not a sprint.

You only have one option in life, and that is to give 100% day in and day out. Take pride in what you do. Seize every opportunity and take as many risks as you encounter in order to achieve your goals.

MODUVATED

TO BE FIT







Make your passion your business

US Cell 310.295.9812
Mexico Cell 624.165.7510
/ModuVAted
www.moduvated.com





GABRIEL FONSECA

DOCUMENTALISTA | DOCUMENTARIAN

Rancho Ecológico Sol de Mayo

Extraordinario

La belleza y abundancia de nuestras costas y mares coloca a Baja California Sur como uno de los destinos turísticos más conocidos en el mundo; no obstante, el contraste de sus ecosistemas convierte a esta tierra en uno de los sitios más especiales del planeta.

La Laguna

Al sur de la península entre los municipios de La Paz y Los Cabos se encuentra la Reserva de la Biósfera de la Sierra de la Laguna, que se puede considerar como una "isla" de vegetación que contrasta con el entorno semidesértico característico de la California mexicana. Este abundante hábitat contiene la única selva caducifolia de toda la península, el único bosque de pino-encino en el Estado y un total de 447 especies de plantas vasculares, 48 de ellas endémicas de la Sierra de la Laguna. En cuanto a la fauna, entre un gran número de insectos, anfibios, reptiles y mamíferos, destacan 65 especies de aves de las cuales se reconocen 41 endémicas del sur de Baja California y 24 restringidas a la Sierra de la Laguna.

Extraordinary

The beauty and abundance of our coastlines and seas make Baja California Sur one of the best-known tourist destinations in the world. Additionally, the contrasting ecosystems make this land one of the most special places on the planet.

The Lagoon

The Sierra de la Laguna Biosphere Reserve is located at the southern end of the Baja Peninsula, between the counties of La Paz and Los Cabos. It is considered an island of vegetation and vividly contrasts with the semi-desert environment that is typical of the Mexican California. The abundant habitat has the only caducifolic jungle on the entire peninsula, the only pine forest in the state and a total of 447 species of vascular plants, 48 of which are endemic to the Sierra de la Laguna.



Pure Water

This protected natural area is a important source of water. The most important streams and subterranean bodies of water in Baja California Sur are found in the region thanks to the water generated in the reserve. Pure water travels along the streams to beautiful waterfalls that form natural paradises.

The Fox Canyon and Sol de Mayo

Seven canyons can be found in the reserve, two on the Pacific side and five on the Gulf of California. The Sol de Mayo Ecological Ranch is located in Fox Canyon. It is the perfect place for a close encounter with the magical environment of the Sierra de la Laguna.

The location was settled by Don Jose Maria Lucero during the mid-eighteenth century, period of colonization. The property was obtained through a direct treaty with the Pericues Indians, from whom he learned many indigenous words including Mejenka- hare, Yiyu- skunk and Anaba- wild fig. These words were passed from generation to generation and can be heard today when speaking to the current ranch owner Don Prisciliano Eleazar de la Peña.

Agua Pura

Esta Área Natural Protegida tiene una gran relevancia como fuente de recarga de los mantos acuíferos. Los arroyos y cuerpos de agua subterráneos más importantes de Baja California Sur se encuentran en la región y se deben a los escurrimientos de agua que se generan en la Reserva. Esta agua pura, viaja a través de los arroyos para caer en preciosas cascadas formando paradisíacos balnearios naturales.

El Cañón de la Zorra y Sol de Mayo

En la Reserva se encuentran 7 cañones, dos en la vertiente del Pacífico y 5 en el Golfo de California. Uno de éstos, es el cañón de La Zorra donde se encuentra el Rancho Ecológico Sol de Mayo, el lugar perfecto para tener un encuentro cercano con el ecosistema mágico de la Sierra de la Laguna.

Este lugar fue fundado por Don José María Lucero en la época de la colonia a mediados del Siglo XVIII, haciendo trato directo con los Edúes (Pericúes) a quienes les aprendió algunas palabras indígenas como "mejenka" que significa liebre; "yiyu" que significa zorrillo y "anabá" que significa higuera silvestre, entre otros vocablos que pasaron de generación en generación hasta oírlos hoy en voz del propietario del rancho, Don Prisciliano Eleazar de la Peña.



GABRIEL FONSECA





Jondeable

La atracción principal del lugar es la cascada Jondeable, que se encuentra a menos de medio kilómetro del rancho, se llega caminando a través de una vereda, donde poco a poco se va descubriendo una hermosa caída de agua. Finalmente se accede hasta la cascada bajando entre las piedras por un camino que facilita el descenso.

Al llegar es inevitable el chapuzón en este bello ojo de agua, donde los más audaces se avientan clavados desde una piedra junto al inicio de la cascada. El agua está a temperatura ambiente, es recomendable nadar y recibir el gran chorro de agua sobre el cuerpo.

Jondeable

The main attraction of the ranch is the Jondeable waterfall. It can be found just a little more than a quarter mile away along a scenic lane from which you can discover the beautiful waterfall. An easy-to-descend path takes you to the fall itself. Once there, a dip in this beautiful body of water is inevitable. The bravest jump from a rock close to the top of the waterfall. The temperature of the water is perfect. Swimming under the fall and enjoying the great splash is highly recommended.

espíritu

spa at costabaja

a Journey to Wellness

Connect with your innerself with our exclusive rituals to harmonize body, mind & spirit. This experience will help you to recover peace, relaxation and harmony to increase your vital energy.







Revitalize your body...

Our exclusive **Holistic-Reiki** concept

Is a fusion of: local herbs, aromatherapy, bach flowers, reiki, chakra balancing. We use ancestral and actual techniques with our special elixirs that we customize according to our clients needs.

COSTABAJA
Resort & Spa

Grand Heritage
HOTEL GROUP

Reservations: Ph. (612) 123-6018 • spa@costabajaresort.com

Carretera a Pichilingue Km. 7.5 La Paz, BCS 23010

www.costabajaresort.com





Dando la vuelta

El Rancho Sol de Mayo cuenta con cabañas bonitas, confortables y seguras, hay una frente al arroyo donde se pueden apreciar bellos amaneceres, y lunas llenas inspiradoras desde la terraza de la cabaña. En el Restaurante Olituras podrás saborear un rico café, platillos regionales y sorprenderte con el menú de la casa.

Caminatas con olor a monte, escuchando el canto de las aves y observando el hábitat característico, son la entrada al contacto con el agua pura que desciende desde el mismo cielo. Recorre una tierra cargada de minerales que son un estímulo para los sentidos y energía para el alma.

El Rancho Ecológico Sol de Mayo es uno de los pocos sitios con servicios para turistas dentro de la Reserva de la Biósfera de la Sierra de la Laguna, donde se puede llegar en automóvil. Se accede a través de la carretera transpeninsular San José del Cabo – La Paz por el lado del Mar de Cortés, entrando hacia el poblado de Santiago, para después tomar un camino de terracería y seguir la señalización para llegar en menos de una hora.

Going for a tour

The Sol de Mayo Ranch has beautiful, comfortable and secure cabins. However, the best is the cabin by the stream where beautiful sunrises and inspiring full moons can be seen from the terrace. Hiking through the mountains, listening to the sounds of birds and the waterfall and observing the different and special habitat produces a stimulating encounter for the senses and energy for the soul.

When there's a break in the action, the Olituras Restaurant offers delicious coffee and an amazing menu of regional dishes.

The Sol de Mayo Ecological Ranch is one of the few places with tourist services that can be reached by car inside the Sierra de la Laguna Biosphere Reserve. It is accessed by the trans-peninsular highway from San Jose del Cabo to La Paz on the side of the Sea of Cortes. In the town of Santiago, take the dirt road and follow the signs. The ranch is less than an hour away.

GABRIEL FONSECA









EL MEJOR RESORT TODO-INCLUIDO DE LOS CABOS...

Disfruta de 306 enormes habitaciones de lujo, restaurantes con opción tipo buffet o a la carta, bebidas y cócteles sin límite, programa de actividades para toda la familia y una playa segura para nadar. Encuentra el balance perfecto entre tu mente, cuerpo y espíritu en nuestro hidromasaje frente al océano, gimnasio y Wellness Center, sin duda la mejor opción todo incluido en Los Cabos.

THE MOST COMPLETE ALL-INCLUSIVE RESORT IN LOS CABOS...

Enjoy one of our 306 deluxe oversized rooms, all day dining restaurants a la carte and unlimited buffet, drinks and cocktails, fun-filled daytime activity program for all ages and a safe swimming beach. Find the balance of your mind, body and spirit in our oceanfront Whirlpool, fitness and Wellness Center, without a doubt the best all inclusive experience in Los Cabos.

MELIÃ
CABO REAL
MEXICO - ALL INCLUSIVE

Carretera Transpeninsular Km. 19.5 Los Cabos, BCS, México, 23410
Tel: 52 (624) 144 2222 • reservaciones.asistente1@meliacaboreal.com







BAJA CALIFORNIA SUR Y SUS BENEVOLENCIAS

THE BLESSINGS OF BAJA CALIFORNIA SUR

Gabriela Camus | Reiki Master

¿Qué nos hace sentir atraídos por ella, y hace que después de vivir un tiempo en esta tierra te quieras quedar?

What makes us feel drawn to this place and after living here for a while makes us want to stay?

¿Qué nos hace regresar o simplemente nunca irnos?



What makes us come back?

¿Qué energía contiene esta mágica tierra, rodeada por el Océano Pacífico y Mar de Cortés como si fuera una isla?

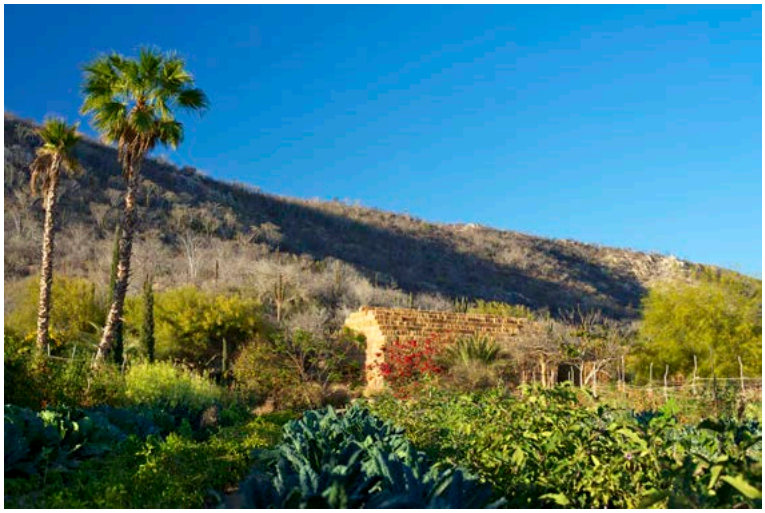
What power does this magical land possess, surrounded by the Pacific Ocean and Sea of Cortez as if it were an island?



Su ubicación cerca del trópico de Cáncer la hace tener una cercanía y una inclinación al sol, que cuando sus rayos la bañan con su calor e irradiación la hacen cálida y abundante.

La tierra contiene limo y minerales que la hacen rica y fértil. Solo necesita de un poco de agua para que te regale sus bondades de frutos, cítricos, mangos, ciruelas, guanábanas, cosechas de maíz y tomate. Lo que se te ocurra plantar, todo crece en abundancia.

Los primeros colonizadores españoles la llamaron California, nombre de un pueblo que refleja su espíritu y su identidad cultural. La palabra California, nace de un mito, el origen permanece en la incógnita que menciona Garci Ordóñez de Montalvo quien escribe a manera de epílogo: "Sabed que a la diestra mano de las Indias, hubo una isla llamada California, muy allegada a la parte del Paraíso Terrenal, habitada por amazonas y cuya tierra estaba cimentada en la abundancia de metales preciosos y paraísos exóticos".





Because of its location near the Tropic of Cancer and the inclination and closeness to the sun, the land is bathed in golden rays and radiates abundant warmth.

The earth contains lime and minerals that make it rich and fertile. Only a little bit of water is needed for it to offer its goodness of citrus fruits, mangos, plums, guanabanas, corn and tomatoes. Whatever you plant will grow in abundance.

The first Spanish settlers named it California, a name that reflected their spirit and cultural identity. The word California originated from a myth with an unknown origin. It was mentioned by Garci Ordoñez de Montalvo who wrote "Know that on the right hand of the Indies there is an island called California very close to the side of the Terrestrial Paradise and it is peopled by black women, without any man among them, for they live in the manner of Amazons."



Ellos vieron tanta riqueza en esta tierra que decidieron conquistarla haciendo la ruta de las misiones. La crónica lo menciona, solo que esta tierra rica de la que hablaron, no era rica en metales sino en su majestuosa belleza, interminables playas y mares. Como la llamó Jack Cousteau "El Acuario del Mundo", por sus millares de peces y especies marinas, rica en plancton que alimenta y da vida a la ballena gris en su largo trayecto de regreso a casa.



Esta tierra ha sido elegida por diferentes personas no solo para admirar y visitar, sino por turistas que se quieren divertir o descansar, aficionados de la pesca y el golf, también para todo aquel interesado en la salud, el arte de sanar a través de sus múltiples actividades como yoga, meditación y temazcal. Pintores, escritores, surfistas y herbolarios encuentran fascinantes todas sus plantas medicinales y su afrodisíaca damiana.

Nuestro organismo la reconoce a través de los cinco sentidos, al estar en contacto con su cálido sol, su exquisita comida orgánica, las sales de sus mares, los minerales de su tierra, su limpio cielo y el aire puro que se respira alejada de las ciudades, industrias y contaminación.

Nuestros poros absorben su naturaleza, nuestras células se nutren y sanan, mientras nuestros ojos capturan la belleza y majestuosidad.

The explorers saw such richness in this land that they decided to settle in it, making it part of the Missions route. As the record states, this land was not only rich in minerals but in majestic beauty for its endless beaches and seas. Jacques Cousteau called it the "Aquarium of the World" because of the millions of fish and marine species. The plankton rich waters even give life to the grey whales as they migrate home.

This land has also been chosen by tourists in search of fun, relaxation, fishing and golf, and by people seeking to improve their health through the art of healing and activities such as yoga, meditation, and temazcal sweat lodges. Painters, writers, and surfers seek out this land and herbalists find it fascinating because of the exotic plants such as the aphrodisiac Damiana.

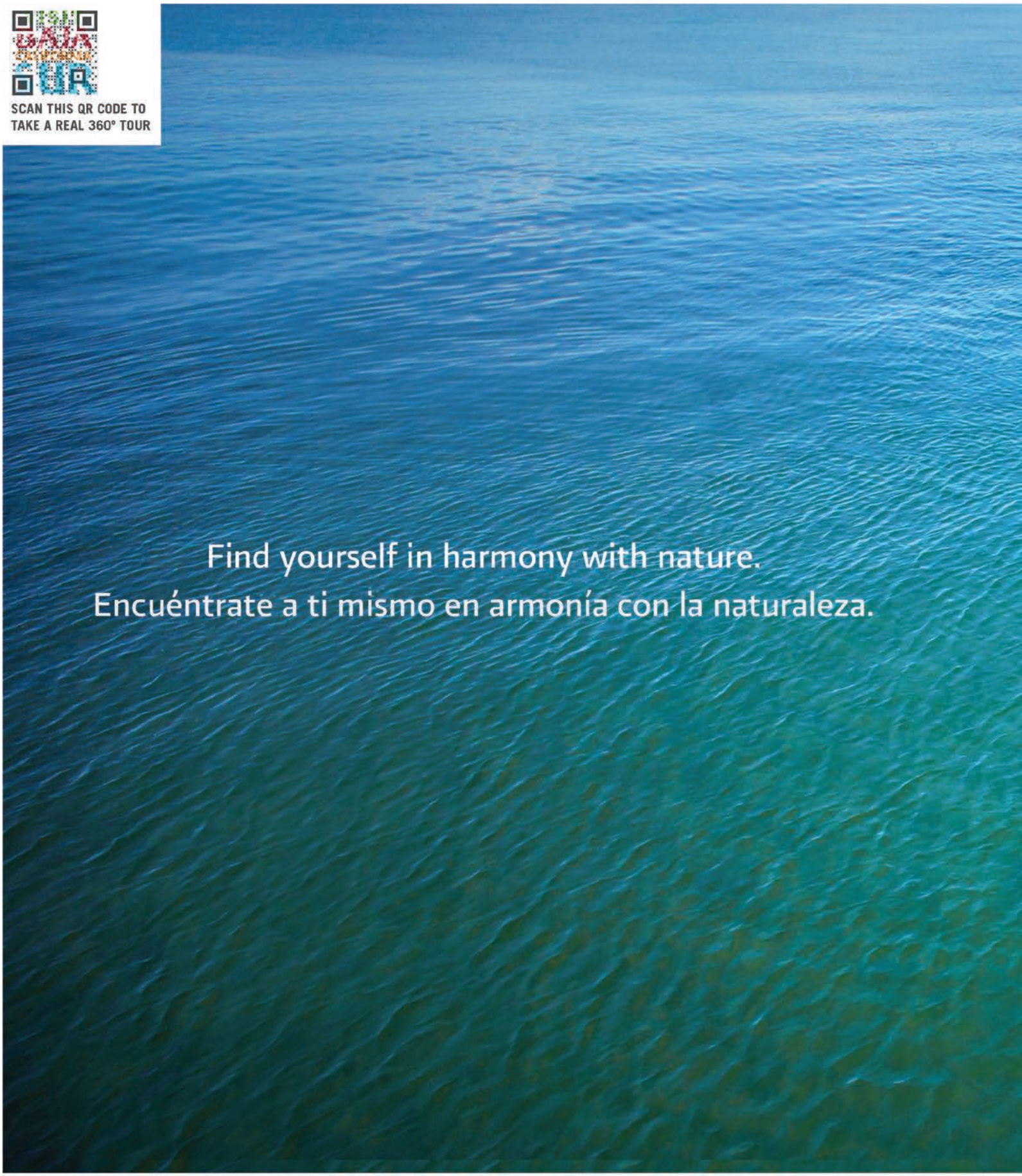
Our bodies connect with this land through our senses; the warmth of the sun, the exquisite organic food, the crashing waves of the sea, the clear blue sky and the clean air far from big cities, factories and pollution.

Our pores absorb the natural goodness and our cells are nurtured and healed while our eyes capture its beauty and majesty.





This is a public service announcement and does not represent any political party.
Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa


SCAN THIS QR CODE TO
TAKE A REAL 360° TOUR
Find yourself in harmony with nature.
Encuéntrate a ti mismo en armonía con la naturaleza.
VISIT
BAJACALIFORNIASUR
WWW.VISITBAJASUR.TRAVEL
Visit Baja Sur
#BCSMx



SUP with whale sharks - SUP con tiburón ballena, La Paz Baja California Sur

La Paz · Loreto · Los Cabos · Comondú · Mulegé

MÉXICO

VÍVELO PARA CREERLO

visitmexico.com

Baja California Sur es un destino
Is the perfect destination for trave

ADRIANA TELLO DE MENESES

El equilibrio entre la actividad física, una buena nutrición, la salud mental y espiritual es la clave para una vida plena. Muchos consiguen encontrarse a sí mismos mediante el yoga, el contacto con la naturaleza o incluso con un buen libro. El resultado es el mismo, consentir el alma y permanecer en paz.

Cada cuerpo reacciona de diferente manera al ejercicio, por eso es importante elegir una actividad que disfrutemos y que se adapte a nuestro estilo de vida. Tener una buena condición física es un proceso que lleva tiempo. La constancia, la paciencia, la disciplina y el compromiso son virtudes esenciales para alcanzar cualquier meta.

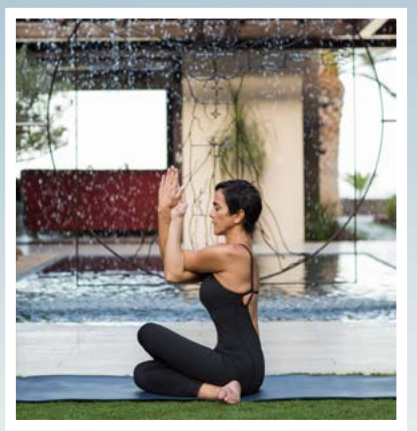
The balance between physical activity, good nutrition and mental and spiritual health is the key to a happy life. Many find it through yoga or contact with nature, or even with a good book. The result is the same, a pampered soul and a peaceful life.

Each body reacts differently to exercise and that's why it's important to choose an activity that is enjoyable and fits our lifestyles. Being fit is a process that takes time. Consistency, patience, discipline and compromise are essential virtues needed to reach any goal.



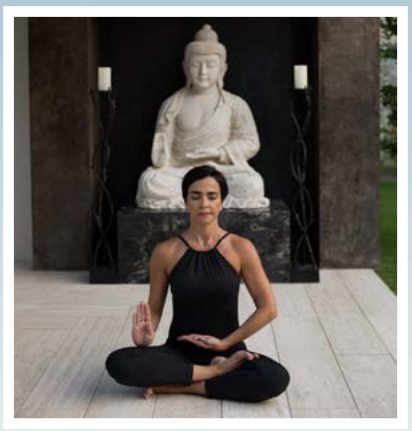
Marisela Díaz Heredia
Casa Ki - Querencia
Arq. Roberto Contreras
Fotógrafo: Carlos Herrera

perfecto para viajeros en busca de bienestar
llers in search of wellness



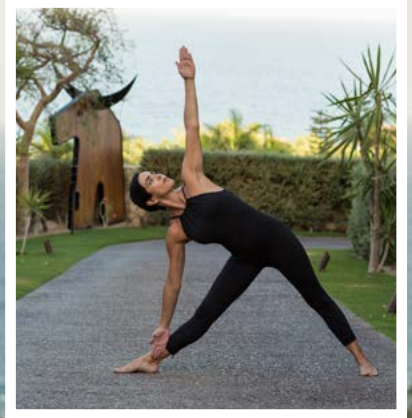
Encontrar nuestra rutina de ejercicio ayuda a controlar el estrés y a liberar endorfinas que mejoran el estado de ánimo. Ver resultados, tanto en la condición como en nuestro cuerpo, nos motiva a seguir adelante.

A través de diferentes actividades o pasatiempos se trabajan las emociones, éstas pueden ser tan variadas como una clase de pintura, una rutina de belleza, un masaje o relajarnos escuchando música. Cuando menos nos damos cuenta hemos obtenido momentos de bienestar, tranquilidad y felicidad.



Para mantenerse a la vanguardia, los spas en Los Cabos tienen programas que cubren todos los aspectos del bienestar con gimnasios totalmente equipados, centros de yoga, meditación o temazcales.

El bienestar es la búsqueda de la felicidad y del equilibrio integral en nuestro cuerpo, emociones y hábitos.





Finding a routine that we enjoy not only helps deal with stress, but also releases endorphins that improve our mood. Seeing results, in our fitness and our body, motivates us to keep going.

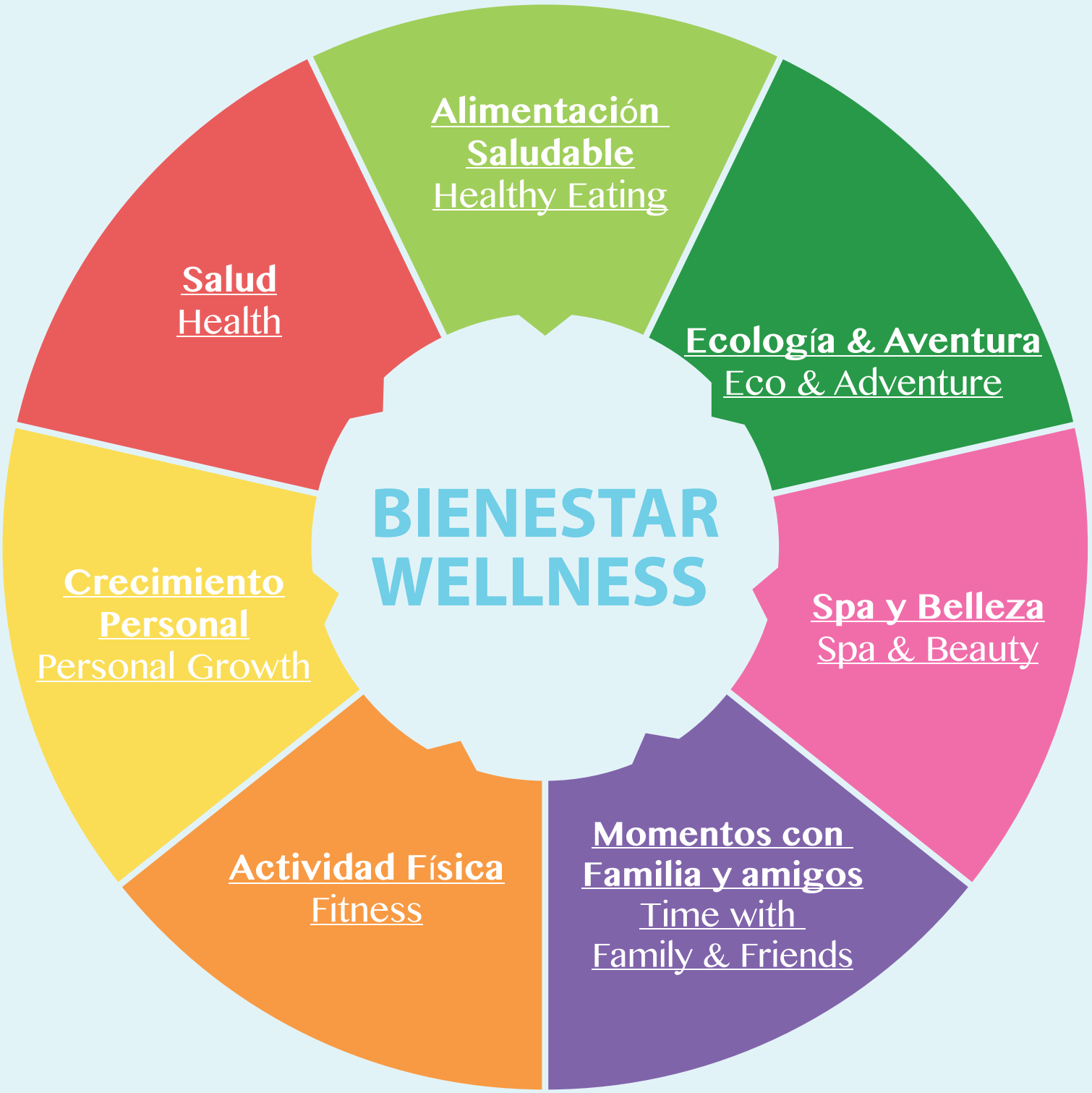
Through different activities such as painting, a beauty routine, getting a massage or relaxing to music while we let our imagination soar, provides inner peace by taking care of our emotions. Before we know it, we are calm, rested and happy.

In Los Cabos, hotel spas have reinvented themselves with wellness options where physical and spiritual areas are addressed. In order to stay up-to-date, spas have programs that cover all the aspects of wellbeing, with fully equipped gyms, yoga centers, meditations and temazcales.

It's all about the pursuit of happiness and the search for an integrated balance of our bodies, emotions and habits.

Bienestar, es la búsqueda cons

Wellness is the constant pursuit of balance in our lives



tante del equilibrio en la vida

AMZ Nutrición **34**

Sunrider **36**

Cabo Expeditions **38**

Cabo del Mar **40**

Playa Grande Spa **42**

Deep Blue Spa **44**

Cactus Spa **46**

Saltwater Spa **48**

YHI Spa **50**

Hotel Marina **52**

Sporti-k **54**

Fundación Solmar **56**

Amerimed **58**

Cabo Health Travel **60**

AMZ
NUTRICIÓN
CLINICA, ESTÉTICA & DEPORTIVA



Viajar es una de las actividades más elegidas, es la ocasión perfecta para la aventura, para reanimarnos y eliminar el estrés. Hoy en día, al organizar unas vacaciones se continúa con la disciplina en la alimentación. Como resultado, la inclusión de alimentos orgánicos se ha convertido en parte integral de las vacaciones. En Baja California Sur los chefs están a la vanguardia al combinar los platillos con ingredientes perfectamente seleccionados.

Travelling is an opportunity for adventure and revitalization. It is also a very popular method for eliminating stress. Today, part of many vacation plans includes healthy eating. Chefs in Baja California Sur are at the forefront of the trend toward combining delicious meals with perfectly selected ingredients. As a result, the inclusion of organic food has become an integral part of vacations.

La nutrición es uno de los pilares del bienestar y es importante a cualquier edad para fortalecer el sistema inmunológico, prevenir enfermedades y hacer posible una vida sana.

Ser impecable con la alimentación, el aire que respiramos, las horas que dormimos y el agua que tomamos es primordial para un estilo de vida saludable. En la época que estamos viviendo la nutrición ha tomado importancia porque conocemos que muchas patologías tienen una relación directa con los alimentos.

Como cada persona es diferente, es importante determinar una dieta apropiada. Las calorías basales metabólicas, son las necesarias para mantener las funciones vitales del cuerpo y el efecto termogénico de los alimentos, es la cantidad de calorías necesarias para el proceso digestivo y la actividad física, ambas sirven para programar un régimen alimenticio.

Nutrition is one of the pillars of well-being and healthy development. In people of all ages, adequate nutrition strengthens the immune system, prevents illness and makes it possible to enjoy a healthy life.

Being conscientious with our eating and sleeping habits, the air we breathe and the water we drink is crucial to a healthy life-style. These days, nutrition has become even more important because we know that many diseases are directly related to food.

Since each person is different, it is important to determine an appropriate diet. The basal metabolic calories (those needed to maintain vital bodily functions) and the thermogenic effect of food (the amount of calories needed for the digestive process and physical activity) must be considered.





Existen seis características para una dieta saludable:

• Completa: Que contenga los tres grupos de los macro nutrimentos.

• Adecuada: Suficiente, basada en nuestra cultura y gustos.

• Equilibrada: Las porciones son diferentes para cada persona.

• Inocua: Libre de agentes patológicos, toxinas y elementos dañinos para la salud. Si en la etiqueta del producto hay una palabra que no puedes pronunciar, probablemente es dañino para la salud.

• Variada: Comer lo mismo todos los días, no garantiza los nutrientes necesarios.

• Suficiente: Con las calorías necesarias para el crecimiento y la actividad.

There are six requirements for a healthy diet.

• Complete: The three groups of macronutrients must be included.

• Adequate: Enough food based on our culture, religion and economic position. It is for this reason a diet varies from person to person.

• Balanced: Portions are different for everyone.

• Harmless: Free of pathological agents and toxins. If the label on the product has a word you can't pronounce then it's probably detrimental to your health.

• Diverse: Eating the same thing every day doesn't guarantee the required nutrients.

• Enough: Sufficient calories necessary for growth and activity.



Andrea Magron

Licenciada en Nutrición, graduada de la Universidad Autónoma de Guadalajara, Andrea proporciona asesoría nutricional personalizada. Sus servicios se complementan con mesoterapia corporal para reducir la obesidad y mejorar la estética; ultracavitación para el moldeamiento corporal y radiofrecuencia corporal o facial.

A graduate of the Autonomous University of Guadalajara with a degree in nutrition, Andrea offers personalized nutrition counseling. Her services include body mesotheraphy for reducing weight and improving aesthetics, ultrasound cavitation for body shaping and facial and body radiofrequency treatments.

Calle Hidalgo #7, Cabo San Lucas, BCS 23450
nutri.andreamz@hotmail.com

/AMZ Nutrición

SunRider 100

EXPEDICIÓN PARA JÓVENES QUE LES INTERESA LA NATURALEZA



An expedition for young people interested in nature

Zona rica en historia natural, con belleza inigualable, sin rival en la vida marina y terrestre, el Mar de Cortés y la Península de Baja California son lugares en donde el tiempo transcurre de otra manera.

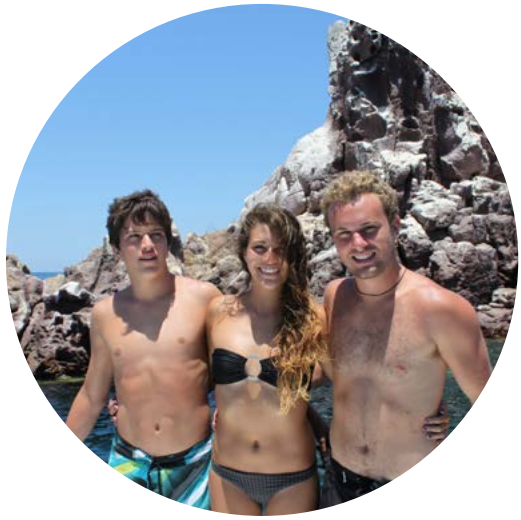
Sunrider con el fin de participar en la sociedad y sobre todo con los jóvenes, se ha especializado en programas del medio ambiente marino. Los objetivos son difundir el conocimiento de la historia natural de la Tierra y propiciar la conservación del medio ambiente a través de esfuerzos educativos.

The Baja California Peninsula is a land rich in natural history and with a beauty like no other. The Sea of Cortes is unrivaled in marine and terrestrial life. Both are places where time passes differently.

In an effort to be a positive force in the Baja community and, above all, to get youth involved, Sunrider has developed specialized marine environment programs. The objective is to expand the knowledge of the natural history of the Earth, assist in the conservation of the environment through education, and enrich the lives of young people by developing skills and inspiring an interest in learning.







Ecología & Aventura

Eco & Adventure

En esta expedición de 4 días y 3 noches, los estudiantes tendrán la oportunidad de explorar sus intereses profesionales en muchos de los campos de las ciencias naturales mientras viajan a bordo de nuestro barco Adventure. Experimentarán encuentros con ballenas, lobos marinos, aves y una sorprendente diversidad de vida submarina, así como la exploración de la geología de una isla desierta.

Todas las actividades están diseñadas para aprender de una manera dinámica; el contenido del programa es el resultado de muchos años de experiencia en la familiarización de los estudiantes a las maravillas naturales del medio marino.

During this four-day expedition, students will have the opportunity to explore their interests in the many fields of natural sciences. While aboard our boat the Adventure, they will experience encounters with whales, sea lions, birds and an impressive diversity of submarine life, as well as the geological exploration of a deserted island.

All activities are designed to provide a dynamic method for learning. The program's content is the result of many years of experience with introducing students to the wonders of the marine world.



Tel. (624) 143-2252 • Fax (624) 143-1402
From U.S.A. (619) 240-8669
info@sunridertours.com • rp@sunridertours.com
/ Sunridercruises

WWW.SUNRIDERTOURS.COM

CABO EXPEDITIONS



Vive momentos increíbles mientras practicas el esnorquel y el buceo sin alterar el medio ambiente, al conocer los maravillosos rincones de Baja California Sur te sentirás una persona diferente. Disfruta de encuentros inolvidables con la naturaleza y experiencias que ayudarán a reconectarte como nunca antes.

Cabo Expeditions es una de las compañías más respetables en paseos acuáticos y terrestres. Conoce áreas naturales protegidas como Cabo Pulmo y Sierra de la Laguna con un equipo profesional y dedicado. Son la mejor opción para observar la flora y fauna regional, los atardeceres espectaculares, convivir con ballenas y escuchar su inigualable canto. Estas son algunas actividades de esta tierra mágica.

Enjoy memorable moments while you snorkel and snuba dive without affecting the environment. Once you experience the wonders of Baja California Sur, you will go home a different person. Appreciate unforgettable encounters with nature and experiences that will help you connect with nature like never before.

Cabo Expeditions is one of the most respected sea, ocean and land tour operators in Baja California Sur. The specially trained and dedicated staff is the best guide you can have while visiting protected areas, such as Cabo Pulmo and Sierra de la Laguna. There is simply no better way to observe local flora and fauna, experience breathtaking sunsets, encounter whales and listen to their unique songs. These are just some of the activities you can find in this magical land.



CABO PULMO

El Parque de Cabo Pulmo está localizado a 96 km al noreste del centro turístico de Los Cabos. Esta joya de Baja California Sur se extiende por 8 km desde Punta Pulmo en el extremo norte, hasta Los Frailes al extremo sur. Rodeado de desierto y una impresionante cordillera, las playas vírgenes dan paso a una bahía poco profunda que acuna uno de los tres arrecifes de coral vivo en América Latina.

Cabo Pulmo Park is located 60 miles northeast of Los Cabos. This gem of nature extends five miles from Punta Pulmo in the north to Los Frailes in the south. Surrounded by desert and an incredible mountain range, the virgin beaches give way to a shallow bay that is home to one of the three live coral reefs in Latin America.



SIERRA DE LA LAGUNA

Se encuentra entre los municipios de La Paz y Los Cabos. Es una cadena montañosa en medio del desierto donde se puede encontrar la única selva seca de toda la península y el único bosque de pino-encino. En este bosque se han registrado unas 70 especies vegetales de las cuales el 15% son endémicas.

Located between La Paz and Los Cabos, the Sierra de la Laguna mountain range is situated in the middle of a desert where the only jungle and pine-oak forest on the entire peninsula can be found. The forest is home to about 70 plant species of which 15 percent are endemic.

Tel. (624) 143-2700
USA & Canada: (214) 774-4844
info@caboexpeditions.com.mx
/ Cabo Expeditions

WWW.CABOEXPEDITIONS.COM.MX

CABO DEL MAR®
Ocean & Ecopark
Village

EL ARTE DE VIVIR

El Balance Perfecto Entre La Naturaleza, El Bienestar y La Salud

Ubicado en un lugar paradisíaco, con una magnífica vista de la bahía de Cabo San Lucas encontramos Cabo del Mar Village. Un nuevo desarrollo dedicado a mostrar a las familias el arte de vivir en equilibrio con la naturaleza.

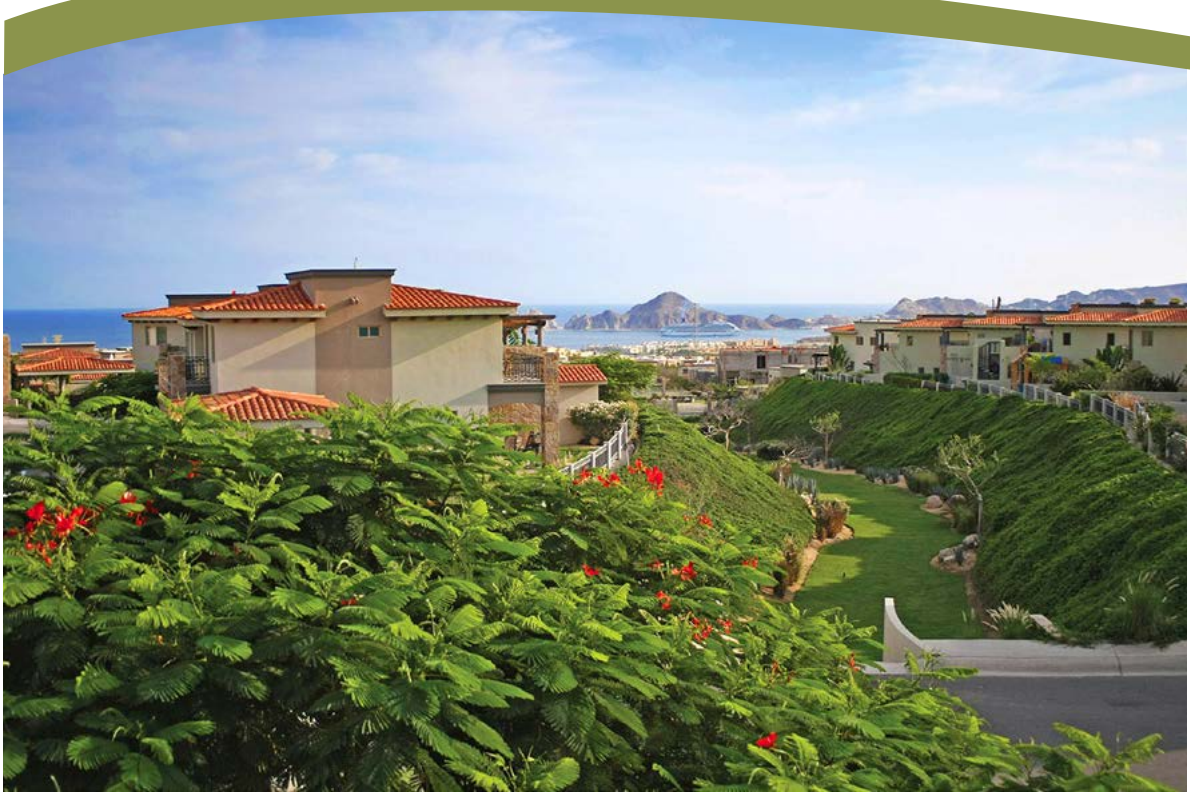
Repleto de grandes parques y actividades para toda la familia, Cabo del Mar es un proyecto del desarrollador Portus, una empresa altamente reconocida por su compromiso con el buen gusto y el excelente servicio al cliente. El tiempo ha demostrado la calidad de los trabajos de Portus, teniendo como mayor ejemplo los desarrollos de Ventanas de Cortés, Ventanas del Mar y Ventanas de Cabo.

Ofreciendo una amplia variedad de servicios dentro de la comunidad y creando un ambiente de convivencia sana, Cabo del Mar Village designa gran parte de sus espacios a la creación de áreas verdes. Brindándole el estilo de vida que siempre ha deseado para su familia.

Cada uno de los diferentes parques están diseñados con una variedad de conceptos temáticos que rinden tributo a la naturaleza endémica de este lugar, haciendo de Cabo del Mar Village un lugar único para vivir. El diseño le invita a hacer deporte, relajarse y moverse libremente entre cada parque sin tener que cruzar ninguna calle.

Visite nuestra oficina de ventas hoy y conviértase en miembro de esta comunidad activa, inteligentemente diseñada para vivir en armonía con la naturaleza, el mar y el medio ambiente.







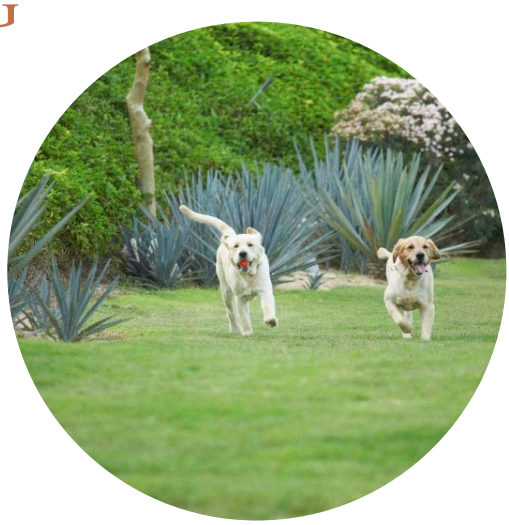


THE ART OF LIVING

The Perfect Balance Between Nature, Wellness & Health

Located in a paradisiacal place, with a magnificent view of the Bay of Cabo San Lucas we find Cabo del Mar Village; a new development dedicated to showing families the art of living in balance with nature.

Filled with large parks and activities for the whole family, Cabo del Mar is a project from the developer Portus, a company highly renowned for their commitment to good taste and excellent customer service. Time has proven the quality and strength of their work, supported by previous developments such as Ventanas de Cortes, Ventanas del Mar and Ventanas de Cabo. Offering a wide variety of amenities within the development and creating a healthy environment, Cabo del Mar Village will designate much of their spaces to create ecological open areas. Giving you the eco-friendly lifestyle you've always wanted for your family.



Each of the different parks at Cabo del Mar are designed with a variety of thematic concepts that allure the natural surroundings that makes this place unique. The layout invites you to play sports, relax and move within each park without ever crossing any streets.

Visit our sales office today and become a member of an active community, intelligently designed to live in harmony with nature, the ocean and the environment.





Tel. (624) 104-3775
México 01 (800) 000-CABO
USA & Canada 1 (877) 341-8786
info@portusmexico.com

WWW.CABODELMARVILLAGE.COM



PLAYA GRANDE Spa BY SOLMAR

It's the personalized experiences, such as the customized massages and exotic face and body rituals that make the Playa Grande Spa so special. Both the spa and the treatments were specifically created to respect the body's complex physiology and work in synergy with the skin, body and mind.

Son las experiencias personalizadas, como los masajes y rituales exóticos para la cara y el cuerpo, lo que caracteriza a Playa Grande Spa. Creado para integrar la compleja fisiología del cuerpo humano y para trabajar en sinergia con la piel, cuerpo y mente.



Thalassotherapy, a therapy based on the use of materials from the sea, is one of the most unique services offered at the Playa Grande Spa. Before any massage, a few minutes in a salt-water Jacuzzi is always recommended. The salt-water contains minerals, nutrients and microorganisms that promote healthy skin by detoxifying and providing the nutrients the body needs.

La talasoterapia, es un método que se basa en el uso de agua de mar, algas, barro y otras sustancias extraídas del mar. Es recomendable sumergirse unos cuantos minutos en el jacuzzi de agua salada antes de iniciar un tratamiento. El agua de mar tiene minerales, nutrientes y microorganismos que favorecen la piel al desintoxicarla y nutrirla.



Los peces Garra Rufa de Turquía, son una novedosa terapia para los pies que consiste en eliminar las células muertas al cubrirlos con una enzima que regenera más rápido la piel y beneficia la circulación.

Playa Grande Spa ofrece una terapia física, emocional, espiritual y mental en el temazcal, un baño de vapor prehispánico. Se recomienda vivir esta experiencia con seres queridos para fortalecer los lazos afectivos mientras se desintoxica el cuerpo. Según las antiguas creencias, el temazcal representa el vientre de una madre y al salir es como renacer.



There's also the innovative Fish Therapy. Garra Rufa fish from Turkey provide a foot pedicure by scavenging dead tissue and leaving an enzyme that helps new skin regenerate faster. Fish Therapy leaves feet smooth and soft.

Playa Grande also offers a unique form of physical, emotional, spiritual and mental therapy in the Temazcal, a Pre-Hispanic steam room. It is an excellent experience to share with loved ones. Stronger bonds are formed while detoxifying the body, mind and spirit. According to ancient beliefs, the Temazcal represents a mother's womb. Emerging from the Temazcal is a form of rebirth.

Tel. (624) 145-7575
Ext.74200, 74202, 74212
Av. Playa Grande #1 Col. Centro
Cabo San Lucas, BCS 23450
spa.playagrande@solmar.com
/SolmarSpaCollection

WWW.SOLMARSPACOLLECTION.COM

Deep Blue SPA



Barceló Grand Faro Los Cabos abre las puertas de Deep Blue Spa. En un ambiente armonioso con una suave luz azul que estimula los sentidos y envía señales de regeneración celular y armonía interna, se ha creado un maravilloso espacio de bienestar, con un nuevo concepto de relajación, salud y cuidado de la piel.



Experimenta un placentero tratamiento para limpiar el sistema linfático a base de barro, que activa las áreas en la que está depositada la grasa y ayuda a la circulación. Para los tratamientos corporales, se utiliza una gama de productos terapéuticos que embellecen la piel, así como algas marinas para la eliminación de toxinas y grasa.

Déjate consentir con los faciales estrella Vita Cura y Four Layer, a base de algas marinas, nutrientes y minerales aminoácidos. De igual manera se emplean plantas medicinales que relajan el sistema nervioso, y sales marinas que desintoxican el organismo, reactivando el sistema inmunológico y llevándote a un estado de completo equilibrio.

Antes de iniciar cualquier tratamiento podrás disfrutar del circuito de hidroterapia que incluye vapor, sauna y jacuzzi, que ayudarán a preparar el cuerpo para obtener mejores resultados. En el salón de belleza podrás encontrar una gama de servicios profesionales especializados en bodas.



Barceló Los Cabos Grand Faro opens the doors of the Deep Blue Spa, a soothing environment bathed in soft blue light that stimulates the senses and delivers messages of cellular regeneration and inner harmony. The Deep Blue Spa is a magical space of wellness built around the concept of relaxation, health and skin care.

A unique experience at the Deep Blue Spa is a pleasant treatment that cleanses the lymphatic system. It is based on mud that activates areas exposed to fat tissue for improved circulation. For body treatments, a wide range of products is offered that are therapeutic and beautifying. For example, algae is used for the elimination of toxins and fat tissue.

Indulge yourself like a star with Vita Cura and Four Layer facials based on algae and amino acid nutrients and minerals. Medicinal plants are also applied that relax the nervous system and marine salts that detoxify and reactivate the immune system. You will find yourself in a state of complete balance.

Before starting any treatment, enjoy the hydrotherapy circuit that includes a steam bath, sauna and Jacuzzi to help prepare the body for better results.

If a wedding is in your future, the beauty salon offers a variety of professional services specially designed for brides-to-be and their parties.

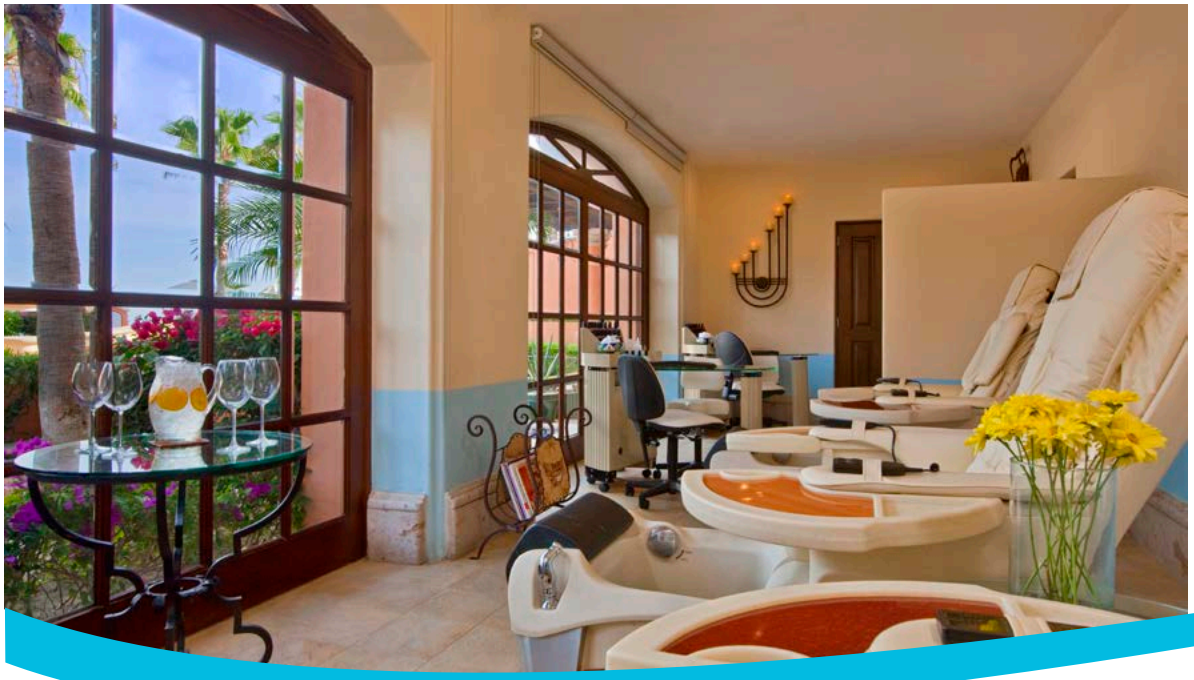






Tel. (624) 142-9292
Barceló Grand Faro Los Cabos
Blvd. San José S/N Lote 9, Sección Hotelera, San José del Cabo, BCS 23400
grandfaroloscabos.spa@barcelo.com
/ barcelohotels

WWW.BARCELO.COM





Sheraton
Hacienda del Mar
GOLF & SPA RESORT
LOS CABOS

El ambiente acogedor de Cactus Spa, rinde tributo a las tradicionales haciendas mexicanas, con luminarias de hierro que sostienen velas encendidas y grandes ventanas que dejan entrar la luz natural. El efecto de la mente sobre el cuerpo es un factor clave para el bienestar.

Cactus Spa ha creado un santuario de paz donde expertos guían al cuerpo, la mente y el alma al equilibrio a través de masajes, de tratamientos para el cuidado de la piel y servicios de belleza.

Siéntase cautivado por el aroma de la envoltura corporal de chocolate mientras consiente su cuerpo con un placer sin calorías. Técnica rica en nutrientes de cacao y leche que favorecen a la piel para reponer los niveles de hidratación y elasticidad.

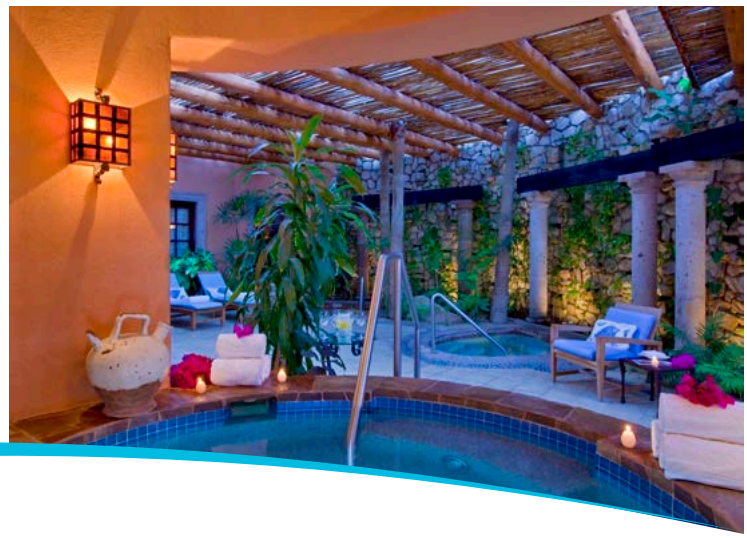


Disfrute de los beneficios del café, que van mucho más allá de su efecto estimulante. La envoltura corporal con café verde es desintoxicante y utiliza una infusión de cafeína activada con enzimas que actúa sobre las áreas afectadas por la celulitis ayudando a eliminar toxinas para lucir y sentirse más delgado.

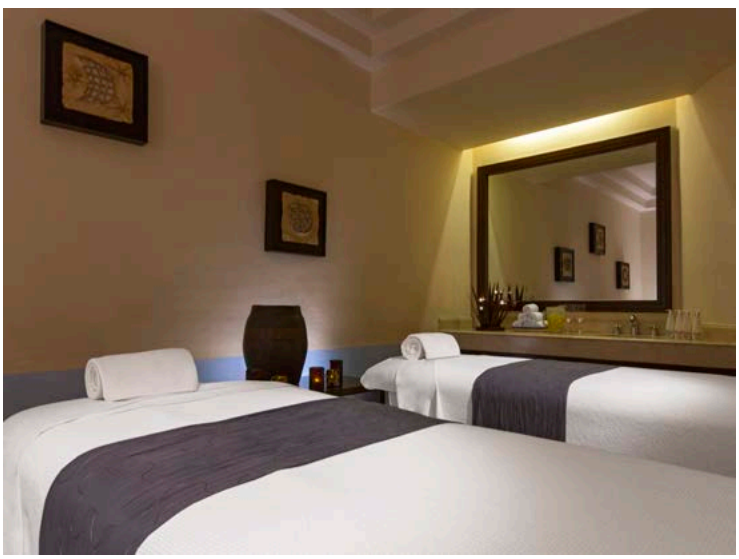
Rejuvenezca la piel con el tratamiento Paraíso de mango, a base de yogur, maracuyá y mango. Esta envoltura usa la exclusiva cama Soft Pack System que ayuda a que su cuerpo luzca firme, fresco y revitalizado.

Además Cactus Spa tiene dentro de sus instalaciones una sala para parejas, ideal para masajes y faciales compartidos; una sala para masajes de ducha Vichy, que brinda de forma simultánea una afusión y un masaje relajante; sauna desintoxicante y tina de hidromasaje.





The cozy environment of the Cactus Spa honors traditional Mexican haciendas with iron candelabras and spacious windows for natural light.



The effect of the mind over the body is key for wellness. Cactus Spa has created a sanctuary of peace where experts guide the balance of the body, mind and soul through massages, skin treatments and beauty services.

You'll be captivated by the aroma of the chocolate body wrap, a no calorie indulgence. The technique is rich in cacao nutrients and milk that help skin hydrate and become more elastic.

Enjoy the benefits of coffee that go beyond the stimulating effect of caffeine. The green coffee body wrap uses an infusion of caffeine that is activated by enzymes. They act on areas affected by cellulite and help eliminate toxins to look and feel thinner.

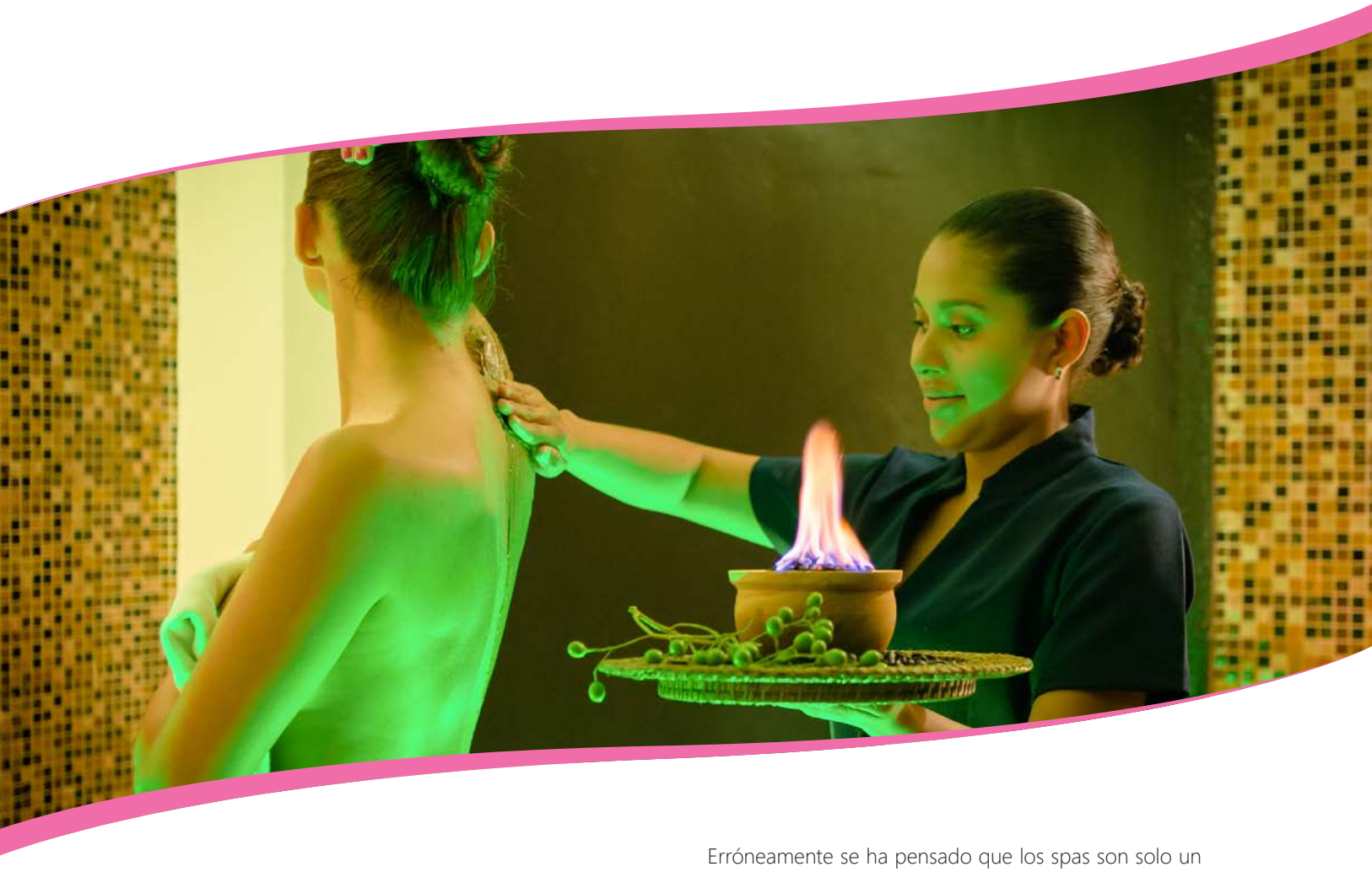
Rejuvenate your skin with a paradise mango treatment based on yogurt, passion fruit and mangoes. The wrap uses the exclusive Soft Pack System bed that helps the body look firm, fresh and revitalized.

In addition, Cactus Spa offers a couples rooms that is ideal for shared massages and facials; a room for Vichy shower massages that simultaneosly stimulates and relaxes; a detoxing sauna; and, hydromassage tub

.

Tel. (624) 146-7383
Fax (624) 145-8002
Viviana Valdiviezo / Gerente de SPA
Viviana.valdiviezo@sheraton.com
/SheratonLosCabos

WWW.SHERATONLOSCABOS.COM



saltwaterspa MR
AT CASADORADA

Saltwater Spa es por sí mismo una invitación a restaurar el cuerpo con sus tratamientos revitalizadores únicos, destacan el circuito húmedo y holístico. El distintivo del lugar es el uso de hierbas naturales en todos los masajes, así como también el uso de sonidos en faciales y la presentación de fuego o humo como parte esencial de los tratamientos corporales.

Erróneamente se ha pensado que los spas son solo un tema de belleza, cuando en realidad favorecen la salud y el bienestar integral. Está comprobado que el estado de ánimo se relaciona directamente con el nivel de toxicidad que hay en el cuerpo. Es ahí donde Saltwater Spa tiene un grado dominante de especialización.

El circuito húmedo, conformado por sauna, baño de vapor, jacuzzi y una tina de agua fría son elementos indispensables para desintoxicar, hidratar y tener una recuperación óptima de todo organismo. Los beneficios de salud se perciben en la mejoría de la condición física, la calidad de vida y la resistencia a enfermedades. Mientras que la piel, al liberar toxinas, se tonifica y tiene mayor tiempo de vida. El manejo integral de estos elementos es lo que diferencia y da un toque único a este lugar.

Saltwater Spa ubicado en un sitio privilegiado como la playa El Médano, se distingue por tener una apertura absoluta para visitantes locales o extranjeros. Brinda facilidades de acceso para que su experiencia en el lugar sea magnífica. Encontrará múltiples opciones gastronómicas en Casa Dorada para compartir un tiempo con los amigos, o en pareja una vez concluida la experiencia del spa.





The revitalizing treatments of the Saltwater Spa are a welcome invitation to restore the body. Of particular note are the humid circuit and holistic treatments. Saltwater Spa is renowned for using natural herbs in all massages, as well as the use of ultrasound in facials and fire or steam in the body treatments.

A humid circuit is formed by a sauna, steam room, Jacuzzi and a cold water bath. The four elements are essential for the detox, hydration and rehabilitation of the physical condition, improved quality of life and resistance to illnesses. During the entire process, the skin liberates toxins while being toned and prepared for a longer life span. It's these type of treatments that make this spa unique.

Saltwater Spa is perfectly situated on Medano Beach and is well known for welcoming local and foreign visitors. The facilities are the doorway to an extraordinary experience. Afterward, you'll find many delicious options at the Casa Dorada. It's a wonderful way to finish the day with friends or your partner after your experience at the spa.



A common misconception is that spas are only about beauty. In reality, they improve health and general wellness. It has been proven that a person's mood is directly related to the level of toxicity in the body. Fixing that problem is a specialty of the Saltwater Spa.



Tel. (624) 163-5757 • USA 1 (866) 448-0151
Canada 1 (866) 501-4369 • México 01 (800) 823-4282
Av. Pescador S / N, Col. El Médano, Cabo San Lucas, BCS
/CasaDoradaLosCabos

WWW.CASADORADA.COM

YHI SPA



Santuario donde los aromas, la suave música que despierta el espíritu y el toque sensible de las manos expertas, permanecerán como un recuerdo inolvidable de bienestar.

Soothing aromas and soft music awaken the spirit while the sensitive touch of expert hands offers an unforgettable token of wellness in this welcoming sanctuary.

Yhi Spa, lugar bañado por la energía para la recreación de los sentidos en un tiempo dedicado a la purificación del cuerpo, el equilibrio de la mente y el cultivo del alma. Con una selección de los productos más prestigiosos para nutrir, revivificar, rejuvenecer y relajar el cuerpo.

El menú de tratamientos incluye algunas especialidades que son únicas en el país y la región, pues proceden de antiguos rituales mayas y aztecas. Ingredientes mexicanos tradicionales como la pitahaya (fruta del dragón) y el temazcal. La colección de tratamientos contiene exfoliaciones, masajes energizantes y de revitalización integral, limpieza y desintoxicación, rituales para nutrir, hidratar y armonizar la piel con esencias de hierbas, combinación de barro y flores conocidas por su nutrición, propiedades curativas y holísticas.

Yhi Spa is bathed in energy created purely for the recreation of the senses. It is a time specifically dedicated to the purification of the body, the balance of the mind and the cultivation of the soul. Personal Spa Valets use only the finest products to nourish, revive, rejuvenate and relax the body.

The selection offered by Yhi Spa includes special treatments unique to the country and the region. They originated in ancient Mayan and Aztec rituals and have been combined with traditional Mexican rituals such as the Pithaya and the Temazcal. The collection of treatments includes exfoliations, energizing and revitalizing massages, cleansing and detoxing, nutrition processes, and the hydration and harmonizing of the skin with an essence of herbs and a combination of mud and flowers known for their nutritive, curative and holistic properties.

Ayurvedic treatments demonstrate methods for identifying and removing the imbalance of the body and mind. At the same time, a regained state of balance is identified along with the revitalization of the deepest centers of wellness and spiritual harmony.

Yhi Spa offers a small fitness center with all the necessary equipment for strengthening the body along with saunas, steam rooms, Vichy showers and areas for relaxation.





Los tratamientos ayurvédicos muestran caminos para identificar y remover el desequilibrio en cuerpo y mente; promoviendo un estado de balance, revitalizando los más profundos sentidos de bienestar y armonía espiritual.

Yhi Spa dispone de un pequeño centro de fitness con todo el equipo necesario para ejercitarse y fortalecer el cuerpo. Además ofrece servicios de sauna, cuarto de vapor, hidromasaje, cascada, duchas y áreas de relajación.

Tel. (624) 145-7800 Ext. 754
yhispa@mebymeliacabo.com
/yhispamecabo

WWW.MELIA.COM

HOTEL ★★★★
MARINA
Spa & Convention Center

Dentro del bienestar el período de convivencia es importante, pues fortalece las relaciones, nos genera felicidad, restaura los sentidos y nos conecta con la naturaleza. Planea un tiempo de vacaciones con la familia o con amigos, en un lugar que es un paraíso para la aventura, el descanso y las actividades al aire libre.

Bonding is an important element of wellness. It strengthens relationships, generates happiness, restores the senses and connects us with nature. With that in mind, plan a holiday with friends or family to a paradise ideal for adventures and outdoor activities.













La Paz es una de las ciudades más hermosas de Baja California Sur a orillas del Mar de Cortés. Fundada desde 1535 por Hernán Cortés, fue hasta el año de 1720 cuando los Jesuitas establecieron una misión que serviría para el inicio de la evangelización del lugar. Este destino te ofrece recorrer y conocer años de historia en una comunidad tranquila, con espíritu de hospitalidad.

Puerta al acuario natural más grande del mundo, aquí podrás disfrutar de actividades como: avistamiento de tiburón ballena, pesca y recorridos por las islas. Además cuenta con infinidad de playas ideales para toda la familia, donde se puede nadar o simplemente tomar el sol.

Si buscas experimentar las maravillas de La Paz, Hotel Marina tiene una ubicación perfecta y extraordinarios servicios. Serán tus mejores asesores al contar con una excelente organización para realizar paseos centrados en el turismo ecológico y de aventura.

La Paz is located on the Sea of Cortes and is one of the most beautiful cities in Baja California Sur. La Paz was founded in 1535 by Hernan Cortes. In 1720, Jesuits established a mission here that would be part of the evangelization of the land. Tours are offered that introduce the history of this peaceful community with a spirit of hospitality.

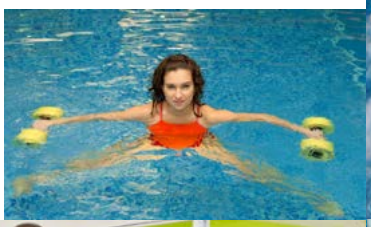
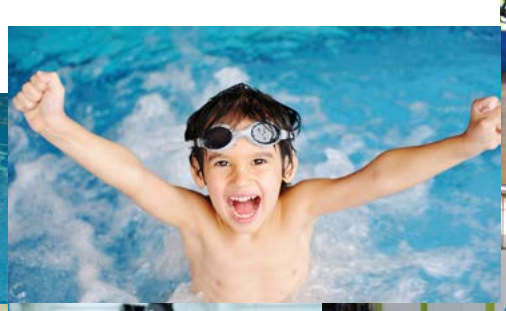
La Paz is also the gateway to the biggest natural aquarium in the world, the Sea of Cortes. Here you'll enjoy activities such as spotting whale sharks, fishing and exploring islands. What's more, there are an infinite number of beaches where the entire family can swim or just relax and soak up the sun.

If you'd like to experience the wonders of La Paz, the Hotel Marina is the place to be. The location is perfect and the service is extraordinary. Count on the professional staff to provide expert advice and assistance for planning activities, adventures, trips and ecotourism.

Tel. (612) 121-6254 • Fax (612) 121-6177
México 01 (800) 685-8800 • USA 1 (866) 262-7187
reservaciones@hotelmarina.com.mx
/hmarina

WWW.HOTELMARINA.COM.MX

sporti-k
TU MUNDO EN MOVIMIENTO






Al iniciar cualquier ejercicio debes tener en mente que estás entrando a un proceso que va a cambiar tu vida, tener claro que el aprendizaje es largo y que físicamente el agotamiento va a surgir. Para lograr un verdadero cambio y dominio de la técnica de entrenamiento, el mejor camino se encuentra en la paciencia, la observación, el sentido común y sobre todo en la constancia.

When beginning a workout regimen, keep in mind that you are entering a lengthy, physically demanding process that will change your life. In order to really make a difference and to master the training techniques, you must be patient, observant, have common sense and above all be consistent.

Spinning
Desarrolla fuerza y resistencia.

Strength and endurance.

Yoga – Hatha y Vinnyasa
Desarrolla fortaleza y elasticidad.

Hatha and Vinnyasa- Strength and flexibility.

Aqua-Fitness
Desarrolla condición física y tono muscular, excelente para rehabilitación.

Muscle condition and tone; excellent for rehabilitation.

Pilates
Desarrolla fortaleza abdominal y de espalda.

Abdominal and back strength.

Matronatación
Adaptación al medio acuático para bebés de 2 a 24 meses.

Aqua stimulation for babies from 3 to 24 months.

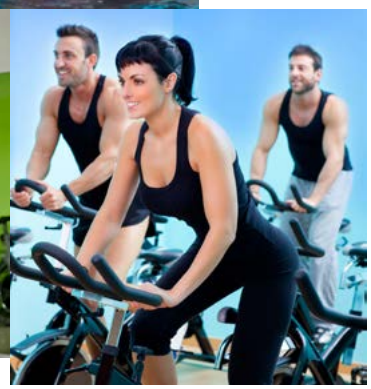
Total Muscle
Clase aeróbica con uso de pesas libres para fortalecer, tonificar y desarrollar masa muscular.

Aerobic class using weights to strengthen, tone and develop muscles.

Pon tu mundo en movimiento con Sporti-k Ilimitado, con más de 30 clases semanales, alberca semi-olímpica cubierta y gimnasio con equipo PRECOR.





Sporti-k cuenta con instructores e instalaciones de primer nivel. Conformado por un equipo que busca la excelencia, diseñando programas adecuados para cada persona.

El éxito en el programa de ejercicios dependerá de 5 factores que integran nuestro código: Entusiasmo, Corazón, Honor, Coraje y Equipo.

Sporti-K has top-level instructors and facilities. The workout team is satisfied with nothing less than excellence and has designed programs to fit individual needs.

Success will depend on the five factors that are part of our code: enthusiasm, heart, honor, courage and teamwork.

Explosión Fit
Clase aeróbica con movimientos de box y artes marciales.

Aerobic class with boxing and martial arts.

Latin Fit
Clase aeróbica con coreografías a ritmos latinos.

Aerobic class with Latin rhythms and choreography.

Cross Training
Circuitos de alta intensidad para fortalecer, tonificar y desarrollar masa muscular con un alto consumo calórico en cada clase.

High intensity, calorie consuming circuits that strengthen, tone and develop muscles.

Cardio Flex
Entrenamiento mixto que combina spinning, aeróbico intenso y estiramientos.

Mixed training that combines spinning, aerobics and stretching.

Flex & Stretch
Ejercicios de estiramientos y fortalecimiento para mejorar la postura, tonifica abdomen y espalda.

Stretching and strengthening exercises to improve posture, and tone abdominal and back muscles.

Spin & Sculpt
Clase mixta que combina el ejercicio aeróbico del spinning con ejercicios isométricos para fortalecer y tonificar.

Mixed class combining aerobics and spinning with isometric exercises to strengthen and tone.

With more than 30 classes a week, a covered half-size Olympic pool and a PRECOR equipped gym, you can really get your world in motion with Sporti-k Unlimited.

Carretera Transpeninsular Km 6.5, Fraccionamiento Sierra Dorada, Cabo San Lucas, BCS, Tel. (624) 145-8609

info@sporti-k.com

Solmar Foundation
EMPOWERING LIVES OF MANY PEOPLE







Fundación Solmar ofrece la oportunidad de dejar tu huella plasmada en la comunidad de Los Cabos mientras vacacionas. Una iniciativa voluntaria que sigue el legado de Don Luis Bulnes Molleda, que reúne y apoya a muchas organizaciones humanitarias que persiguen un objetivo común, mejorar la calidad de vida en Los Cabos. La fundación contribuye a la comunidad con la ayuda de las donaciones de los turistas.

Para ser testigo de las donaciones en acción, Fundación Solmar ofrece un recorrido para visitar algunas de las organizaciones como el Refugio de San Juan Diego, la Casa de Día San Miguel, la Casa Hogar Cabo San Lucas y la Sociedad Humanitaria.

No te pierdas esta oportunidad de darle un significado nuevo a tus vacaciones.









The Solmar Foundation is an opportunity to leave your mark on the Los Cabos community while on vacation. It is a voluntary initiative that honors the legacy of Don Luis Bulnes Molleda by supporting many humanitarian organizations that have one common goal, improving the quality of life in Los Cabos. The foundation helps the community through donations made by tourists.

To witness your donations in action, the Solmar Foundation offers a tour of some of the organizations supported by donations, including the San Juan Diego shelter, the San Miguel senior center, the Cabo San Lucas orphanage and the Humane Society.

Don't miss this opportunity to give your vacation a deeper meaning.

WWW.**SOLMARFOUNDATION**.COM

AMERIMED®
Hospital
LOS CABOS



¿Por qué realizarse un Check-Up médico?

Una revisión anual es importante para gozar de una vida sana en compañía de nuestros seres queridos, recordemos que la salud nos permite fijarnos y cumplir metas tanto en lo laboral como en lo personal.

Lo invitamos a apoderarse de su salud, al realizarse una evaluación médica para prevenir y detectar oportunamente enfermedades que puedan poner en riesgo su salud.

El diagnosticar enfermedades en fases iniciales, cuando todavía no han dado síntomas, nos permite dar un tratamiento eficaz. Se recomienda una evaluación médica a partir de los 30 años, tanto para hombres como mujeres.

Las valoraciones se apoyan en imágenes de los órganos y sus estructuras, exámenes de laboratorio, además de la consulta con nuestros médicos especialistas. Con esto se tendrá acceso a la más amplia información preventiva sobre su estado de salud.

Calidad de vida, examen médico, diagnóstico, prevención, salud, bienestar, cuidado, buenos hábitos, equilibrio.





Why get a medical check-up?

An annual check-up is important for enjoying a healthy life and the continued company of your loved ones. Remember, good health allows you to reach your goals, whether they're professional or personal.



We invite you to take your health in your own hands by getting a medical evaluation. There is no better method for detecting and preventing illnesses that put your health at risk.

Diagnosing an illness in its early stages, when no symptoms are evident, allows us to develop an appropriate treatment. A medical evaluation is recommended for people 30 and older and for both men and women.

The evaluations are supported by images of the organs and their structures, laboratory results and a consultation with a physician specialist. This process allows greater access to information about preventive measures connected to your health.

Quality of life, medical exam, diagnosis, prevention, wellness, health care, good habits, balance.

Cabo San Lucas Tel. (624) 105-8500 sanlucas@amerimedloscabos.com
San José del Cabo Tel. (624) 105-8550 sanjose@amerimedloscabos.com
Consultorios Médicos (624) 143-0130 • (624) 143-0584
/AmerimedLosCabos

CaboHealthTravel



Los Cabos es un destino que ahora también se puede elegir para cuidar la salud. La empresa de turismo médico Cabo Health Travel, ha seleccionado cuidadosamente centros de excelencia en cuidado de la salud con médicos y especialistas con amplia experiencia, varios de ellos con capacitación en Estados Unidos y otros países. Ofrece servicios de hospitalidad para cubrir todas las necesidades durante la estancia de los pacientes, familia o amigos que los acompañan.

Cabo Health Travel asesora a sus clientes con atención personalizada, excelencia y seguridad para que su visita sea memorable en todos los aspectos. Son el primer contacto en Los Cabos para obtener información sobre tratamientos y servicios médicos disponibles.

LOS HOSPITALES ASOCIADOS QUE FORMAN PARTE DE ESTA RED CUENTAN CON LA INFRAESTRUCTURA Y PERSONAL CALIFICADO. LOS MÉDICOS SON CERTIFICADOS POR EL CONSEJO DE SU ESPECIALIDAD, GRADUADOS DE LAS UNIVERSIDADES MÁS PRESTIGIOSAS DE MÉXICO Y DE LOS INSTITUTOS MÁS RECONOCIDOS NACIONAL E INTERNACIONALMENTE.



JAVIER ESCAMILLA PENAGOS
CIRUJANO ORTOPÉDICO
Orthopedic Surgeon



GERARDO GARCÍA
CIRUJANO LAPAROSCÓPICO
Laparoscopic Surgeon



GERARDO MANGINO
CIRUJANO ORTOPÉDICO
Orthopedic Surgeon



Los Cabos is an ideal destination to care for your health. The medical tourism company Cabo Health Travel has carefully selected first-rate medical centers and experienced doctors and specialists trained in the United States and other countries to offer a network of health options. Professionals associated with Cabo Health Travel are the first in Los Cabos to obtain the latest information about treatments and medical services.

Hospitality services are offered to cover all your needs as well as those of your family during your time in Los Cabos, and Cabo Health Travel provides clients with personalized attention and security so your stay is a positive experience in every respect.

HOSPITALS WITHIN THE NETWORK OFFER MODERN, WELL-EQUIPPED FACILITIES AND QUALIFIED STAFF. THE DOCTORS ARE BOARD CERTIFIED IN THEIR SPECIALTIES AND HAVE GRADUATED FROM THE MOST PRESTIGIOUS UNIVERSITIES IN MEXICO AND RENOWNED INTERNATIONAL INSTITUTES.



HÉCTOR CANTÚ MARTÍNEZ
CIRUJANO COSMÉTICO
Cosmetic Surgeon and Body Contouring
WELLNESS



FRANCISCO ORTEGA
CIRUJANO BARIÁTRICO
Bariatric Surgeon



ANTONIO SPAVENTA
CIRUJANO BARIÁTRICO
Bariatric Surgeon

Lic. Carola Cid, CMTS

Fundadora y directora ejecutiva de Cabo Health Travel, Carola Cid es especialista certificada y miembro de la Asociación de Turismo Médico (Medical Tourism Association, MTA) y vicepresidenta y socia fundadora de la Asociación de Turismo Medico de Baja California Sur A.C. Tiene una especialidad en Administración Pública de la Universidad Iberoamericana, además es embajadora del Sistema de Salud de la Universidad de California en San Diego (UCSD Health System).

Durante los últimos diez años, se ha desarrollado en el ámbito médico y ha dirigido varias instituciones en diferentes ciudades. Tiene un conocimiento extenso sobre los servicios de salud en Baja California Sur y en otros Estados. Está comprometida en ofrecer un excelente servicio y asegurar el bienestar de sus clientes.

La Lic. Carola Cid y su equipo de colaboradores estarán al cuidado de cada detalle durante su permanencia en Los Cabos y en los selectos destinos para turismo médico en México.

Founder and executive director of Cabo Health Travel, Carola Cid is a specialist certified by the Medical Tourism Association and vice-president and co-founder of the Medical Tourism Association. She specialized in Public Administration at the Universidad Iberoamericana and serves as an ambassador of the Health System of the University of California in San Diego (UCSD Health System).

Carola Cid's experience has expanded over the past ten years to include the management of several medical institutions in different cities. She is extremely knowledgeable about health services in Baja California Sur and other states and is committed to excellent service and ensuring client wellness.

Carola Cid and her team will take care of every detail of your stay in Los Cabos and other medical tourism destinations in Mexico.



Call us: (818) 478-5157
info@cabohealthtravel.com
/CaboHealthTravel
/CaboHealthTravel

WWW.CABOHEALTHTRAVEL.COM



ROBERTO ALTAMIRA
CIRUJANO DENTAL
Dental Surgeon



MARTHA CRUZ
CIRUJANO DENTAL
Dental Surgeon



JOSÉ ANTONIO GARCÍA MONTEMAYOR
ESPECIALISTA EN IMPLANTES DENTALES
Dental Surgeon



dental health

dental spa & oral rehabilitation

Clínica de Odontología

Especialidades en:
Endodoncia - Prótesis - Odontopediatría - Ortodoncia
Cirugía Oral - Implantología

Dental Office

Specialties in:
Endodontics - Prosthesis - Dental Pediatrics - Orthodoncy
Oral Surgery - Dental Implants Specialist



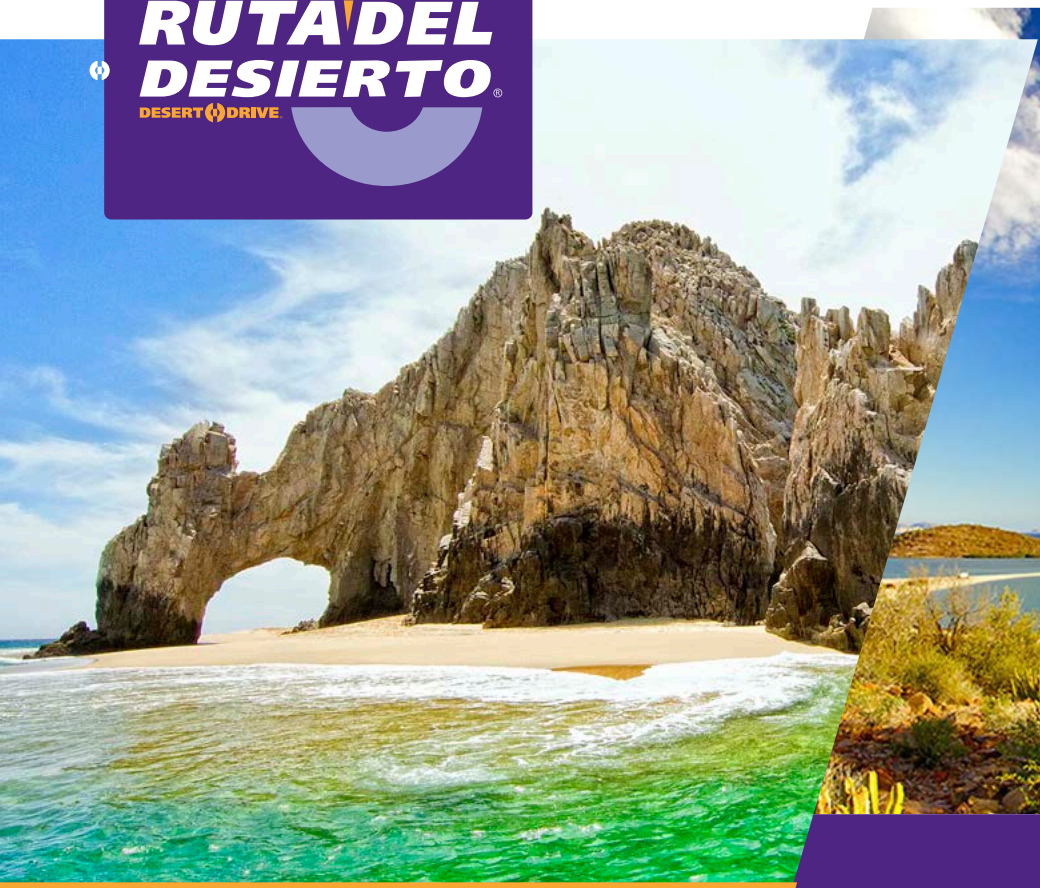
DDS
Pedro Ortíz García
Emergency Call:
Movil (624) 116 0180

Plaza El Cardón Local 11, Carretera Transpeninsular km 32, San José del Cabo, BCS
Tel. (624) 142-6400 · www.cabodentalhealth.com

@CaboDentalHlth

RUTA DEL DESIERTO

DESERT DRIVE







Conservar y respetar nuestro entorno es vital para el desarrollo y el crecimiento de nuestra ciudad. Los autobuses de Ruta del Desierto cuentan con la más alta tecnología, el daño al medio ambiente es casi nulo.

Ruta del Desierto cuenta con autobuses 2014 de última generación. El mejoramiento del servicio de transporte suburbano en Los Cabos, será implementado en etapas: empezó en el 2014 con 10 autobuses y un tiempo de espera de 20 minutos. En la segunda etapa, se sumarán 10 autobuses, reduciendo la espera a 10 minutos.





The preservation and respect for our environment are vital to the development and growth of our city. Desert Drive operates 2014 model year buses, the most recent generation. As a result, the buses are equipped with the latest technology and have a negligible effect on the environment.

The improvement of suburban transport service in Los Cabos will be implemented in stages. It began in 2014 with 10 new buses and a waiting time of 20 minutes. Ten more buses will be added in the second stage, reducing the wait time to 10 minutes.



WWW.RUTADELDESIERTO.TRAVEL

EL "PRIMER" HOMBRE EN LA PAZ

The "First" Man of La Paz



A.W. Benseman nació alrededor del año 1870 y emigró a La Paz durante la primera década del siglo XX. Conocido simplemente como "Old Ben", fue comisionado desde San Francisco, California a instalar motores en las minas de El Triunfo.

Sin embargo, no solo se enamoró en La Paz sino con La Paz. Decidió quedarse y abrió una tienda de maquinaria.

Fue el primero de la comunidad en tener un automóvil, una motocicleta, una lancha de motor, un cine de películas mudas y un motor de combustión interna. Instaló las primeras luces eléctricas en La Paz. En El Triunfo equipó con los primeros teléfonos a las minas; ayudó a colocar la vía estrecha del ferrocarril de la mina y estuvo a cargo del mantenimiento durante cuatro años.

Old Ben, es uno de miles de extranjeros que se enamoraron de Baja California Sur y se quedaron, convirtiéndose en parte del folclor local. Un hombre muy activo que definitivamente dejó su huella en el pueblo que amaba.

Old Ben racked up a lot of "firsts" during his time in La Paz. A.W. Benseman was born in the late 1870s and migrated to La Paz during the first decade of the 20th century. Known simply as Old Ben, he was originally sent from San Francisco, California to install engines in the El Triunfo mines. However, he fell in love in La Paz and with La Paz and decided to stay there, where he ran a machine shop.

Ben claimed a few firsts that nobody has challenged. He had the first automobile in La Paz, as well as the first motorcycle, motorboat, cine or silent motion picture house and the first internal combustion engine in Baja California Sur. He installed the first electric lights in La Paz and the first telephones in the El Triunfo mines. He helped install the original narrow gauge mine railroad and served as the engineer for four years.

Ben is like numerous other foreigners who fell in love with Baja California Sur and settled there, becoming part of the local folklore in the process. Old Ben was a busy guy. He definitely made his mark on a town he loved.

La Isla

FUN OVER THE SEA





3 Hour Tour

La Isla takes you to discover and enjoy a walk along the beach

Ocean Riders

RESERVATIONS: **(624) 105 2954 • (624) 105 2964 • (624) 105 2984**

ASK FOR OUR SERVICE FOR GROUPS AND PRIVATE EVENTS

LOS CABOS • VALLARTA • MEXICO CITY • CANCUN • RIVIERA MAYA • COZUMEL
MAHAHUAL COSTA MAYA • ANGUILLA B.W.I. • TORTOLA B.V.I. • GRAND CAYMAN B.W.I.

Tour operated by DOLPHIN DISCOVERY

LITERATURA

CALIFORNIANA

Californian Literature

Memorias de un pescador

EN EL GOLFO DE CALIFORNIA

Semblanza del autor

Nacido en Santa Rosalía en 1938, Guillermo Castro Miranda, alias Memo Playa, era un pescador de oficio. Comenzó a escribir para sus compañeros, explicándoles cómo pescar y velear. En 2005 publicó un compendio con el título *Memorias de un cachanía*. En 2009 obtuvo el primer lugar en el Primer Concurso Nacional Literario Memorias de Viejo y el Mar, entregado por la Secretaría de Marina. Actualmente vive en el Estero San Lucas, a pocos kilómetros de Santa Rosalía y continúa escribiendo sobre el mar.

Semblanza del libro

Elaboradas con una sencillez e intensidad sorprendente, las memorias de Guillermo Castro Miranda, Memo Playa, ofrecen un acceso privilegiado a un universo poco conocido y durante muchos años marginado: la vida cotidiana y el trabajo de los pescadores ribereños del Golfo de California. Este pescador de oficio es también un escritor de estilo consumado. En esta selección de sus múltiples crónicas se evidencia el crucial tránsito de la pesca artesanal con vela y anzuelos al uso de los motores fuera de borda. Ilustran sus memorias los dibujos a pluma de otro pescador y artista, Juan Chuy Lucero, conjugándose así dos talentos singulares, en un resultado gratamente afortunado.

Portrait of the Author

Born in Santa Rosalia in 1938, Guillermo Castro Miranda, also known as Memo Playa, was a fisherman by trade. He began writing for his comrades, explaining how to fish and sail. In 2005, he published a compilation with the title Memorias de un cachanía. *In 2009, the navy awarded him first place in the First National Literary Contest for Memories of Long Ago and the Sea. Today, Guillermo lives in the San Lucas estuary, a mile or so from Santa Rosalia. He continues to write about the sea.*

Portrait of the Book

Written in a simple but powerful style, Memo Playa's memories offer a privileged access to the little known and often ostracized universe of the everyday life and work of the coastal fishermen of the Gulf of California. This fisherman by trade is also a skilled writer. His many chronicles are evidence of the importance of hands-on fishing with a sail and hook and the use of outboard motors. It is a process that would affect the enormous richness, in quantity and species, of the fish in what was once called Acuario del Mundo. His memories, illustrated by fellow fisherman and artist Juan Chuy Lucero, bind two singular talents into one enjoyable outcome.

Sobre el ilustrador

Juan Chuy Lucero Martínez, nacido en La Paz, Baja California Sur, ha sido dibujante autodidacta desde niño. Ha ilustrado libros, guías de campo y otras publicaciones para la Sociedad de Historia Natural Niparajá, Comunidad y Biodiversidad, la Comisión Nacional de Áreas protegidas, el Parque Marino de Loreto y el Museo de la Ballena, entre otros.

Portrait of the illustrator

Juan Chuy Lucero Martinez was born in La Paz, Baja California Sur and has been a self-taught artist since he was a child. He has illustrated books, camp guides and other publications for the Niparaja National History Society, Community and Biodiversity, National Protected Areas Commission, Marine Park of Loreto and the Whale Museum, among others.

Swim with Dolphins

DOLPHIN DISCOVERY

The only Natural Dolphinarium in Los Cabos



RESERVATIONS: **(624) 105 2954 • (624) 105 2964 • (624) 105 2984**

LOS CABOS • VALLARTA • MEXICO CITY • CANCUN • RIVIERA MAYA • COZUMEL
COSTA MAYA • ANGUILLA B.W.I. • TORTOLA B.V.I. • GRAND CAYMAN B.W.I.

www.dolphindiscovery.com

DOLPHIN DISCOVERY

The Experience of a Lifetime!

@dolphin_swim

FERNANDO AZCONA



NEW PROMOTION OPPORTUNITIES FOR THE LAND'S END!

¡NUEVAS OPORTUNIDADES DE PROMOCIÓN AL FINAL DE LA TIERRA!

Dentro del turismo de aventura podemos de una manera mágica, complementar las vacaciones con algunos pasatiempos. El clima extraordinario de Los Cabos permite actividades recreativas la mayor parte del año y la práctica del aeromodelismo es uno de los privilegiados.

Adventure tourism allows tourists to indulge their hobbies while on vacation. The extraordinary weather that Los Cabos enjoys allows recreational activities during the majority of the year and Aeromodelling, or radio-controlled aircraft, is one of the privileges.



La Academia Aeronáutica de Modelismo (Academy of Model Aeronautics, AMA) en Estados Unidos tiene más de 150,000 miembros afiliados en 2,500 clubes de aeromodelismo. México, en un censo realizado en el primer trimestre del 2014, estima casi 1,000 miembros oficiales y 2,000 más sin registro aún. El evento de aeromodelismo más grande del mundo se realiza en Muncie, Indiana. En el año 2013 participaron más de 1,000 personas. Es interesante contemplar el aeromodelismo como herramienta de promoción turística, dado el creciente número de practicantes en Norte y Centro América.

Baja California Sur tiene 6 clubes formales en Ciudad Constitución, La Paz y Los Cabos. Sus miembros son aeromodelistas muy activos que practican su afición semana tras semana, todo el año.

La práctica de este deporte a control remoto se asocia más frecuente con los carritos, seguido de aviones y helicópteros. Los clubes de este Estado, ya incluyen algunos campeones nacionales de aeromodelismo en la categoría de helicópteros.

The Academy of Model Aeronautics, AMA, in the United States has more than 150,000 members affiliated with 2,500 aeromodelling clubs. In a 2014 survey, Mexico was found to have nearly 1,000 official and 2,000 unregistered members. The biggest aeromodelling event in the world is in Muncie, Indiana. In 2013, more than 1,000 participants attended the event.

Baja California Sur has six formal clubs in Ciudad Constitucion, La Paz and Los Cabos. The active modellers enjoy their hobby every week, year round.

The practice of remote controlled sports is most frequently associated with cars, followed by airplanes and helicopters. Baja California Sur has national aeromodelling champions in the helicopter category.

Given the growing number of aeromodellers in North and Central America, it's interesting to see the hobby as a promotional tool for tourism. In the sports sector, Ironman Los Cabos 2014 was a success for the second consecutive year. Golf and fishing are solid activities in Los Cabos that continue to be the economic pillars of this tourist destination. It won't be long before aeromodelling reaches the same status in our State. The dream of flying, even by remote control, lives on in the minds of adults and seems to never die.

FERNANDO AZCONA



Dentro de la rama deportiva, Ironman Los Cabos 2014 fue un éxito por segundo año consecutivo. La práctica del golf y pesca deportiva son pasatiempos sólidos en Los Cabos que continúan siendo pilares económicos de este destino turístico. No pasará mucho tiempo para que el aeromodelismo alcance este estatus en nuestro Estado. El sueño de volar, incluso por control remoto, continúa en la mente de los adultos y, ¡no tiene fin!

Esta temporada de invierno hemos visto multirrotores o drones sobrevolando las playas de Los Cabos por los turistas que aman este deporte. Su popularidad se debe a que vuelan con la tecnología de GPS y el grado de habilidad necesario no es alto. ¡Toman fotografías impresionantes de este destino!

La práctica de pasatiempos durante las vacaciones es parte del bienestar. Esperemos pronto torneos internacionales de aeromodelismo que aumente el número de turistas hacia nuestra amada Baja California Sur.

This winter, we saw drones being flown above the beaches of Los Cabos by tourists. The popularity of the sport is due to GPS technology and the ease of learning and maneuvering. The drones take amazing pictures of Los Cabos.

Having fun with a new hobby during a vacation adds a taste of adventure and exploration. Hopefully, international aeromodelling tournaments will increase the number of tourists in our beloved Baja California Sur.

FERNANDO AZCONA

AEREO CALAFIA



TUS ALAS EN BAJA

Tijuana, Isla Cedros, Guerrero Negro, Santa Rosalía, Loreto, Cd. Constitución, La Paz, Cabo San Lucas, Hermosillo, Guaymas, Cd. Obregón, Los Mochis, Guasave, Culiacán, Mazatlán, Pto. Vallarta

•VUELOS PROGRAMADOS • VUELOS CHARTER • TAXI AÉREO • SERVICIOS DE PAQUETERÍA • PAQUETES VACACIONALES • TOUR BALLENAS

From Usa: 213 928 5692 • Desde México : 01800 5603949 • Desde Cabo San Lucas: 624 1434302

www.aereocalafia.com.mx

Michael Kohen

Alimentación Saludable

En un mundo donde cada día consumimos más comida enlatada, los alimentos orgánicos son la mejor opción para las personas interesadas en cuidar su salud. Los métodos orgánicos evitan el uso de pesticidas o fertilizantes artificiales, no son modificados genéticamente y no están expuestos a la contaminación humana o industrial; son procesados sin radiaciones y sin químicos. En pocas palabras, son productos 100% naturales, llenos de vitaminas, minerales y micro-nutrimentos. No solo benefician la nutrición, la pérdida de peso y desintoxicación, también conservan los sabores.

Hay diversas opciones para comer sano gracias a la variedad de granjas orgánicas en Baja California Sur, donde comer saludable puede ser tan cercano como un vendedor de frutas y jugos en la esquina; o tal vez, a través de la creación de un chef que aprovecha al máximo estos ingredientes.

En Los Cabos, también se promueven libros de salud y nutrición, como el escrito por la Chef Pia Quintana, titulado, *México Sano*. "Llegué aquí hace siete años y sigo descubriendo las maravillas culinarias de este lugar. La combinación perfecta y el balance de sus recursos como sus viñedos misteriosos, la riqueza de las granjas orgánicas y el mágico universo de los mariscos. Éstos me inspiran a crear platillos saludables y originales para satisfacer a los paladares más exquisitos," comenta la Chef Quintana.



Healthy Eating

In a world where we are eating less and less real food and more packaged food-like meals, fresh organic products are the best choice for health-conscious consumers. Organic foods are grown without the use of pesticides or artificial fertilizers, are not genetically-modified, are free from contamination by human or industrial waste and are processed without ionizing radiation or chemical additives. In short, these are pure, natural products packed with healthy vitamins, minerals and micro-nutrients. Organic foods are not only better for us in terms of nutrition, weight loss and detoxification, but when well prepared, they are also full of flavor.



In Los Cabos there are many healthy eating options due to a variety of organic farms in southern Baja. Healthy eating is something that can be as close as your local street vendor, with their fresh fruits and juices, and also something creatively expressed by the many fine restaurants in the area.

There are also local individuals who promote a healthy lifestyle and diet, such as Chef Pia Quintana, whose book Mexico Sano *(Healthy Mexico) has been honored for its emphasis on health and nutrition. "I arrived here seven years ago and I continuously discover the culinary wonders of this place, the perfect combination and balance of its resources like its mysterious vineyards, the richness of its organic farms, the magic universe of fish and seafood. This inspiration allows me to create original and healthy dishes to satisfy the most exquisite palates," Chef Quintana says.*



MICHAEL KOHEN

Los mercados orgánicos son una buena manera de conocer la riqueza de los productos locales:

En Cabo San Lucas está abierto todos los miércoles y sábados de 7 am a 1 pm. Ahí podrás encontrar una gran variedad de productos como pollo orgánico, huevos, tomates, queso de cabra, fruta, arúgula, cilantro y albaca. Inclusive una selección de platillos preparados como tamales, salsas, pesto de semilla de calabaza y mole.

En Las Tiendas de Palmilla puedes encontrar una selección variada de frutas y verduras, vinos, café, pan, hierbas y productos de belleza.

En San José del Cabo se encuentra camino al Club La Huerta. Durante la temporada de noviembre a mayo está abierto todos los sábados de 9am a 3pm. Encontrarás productos de granjas locales que surten a restaurantes y hoteles, helados y varios tipos de artesanías. Los jueves por la mañana el hotel Encanto Inn tiene otro mercado orgánico pequeño que va creciendo.



Local farmer's markets are a good way to get introduced to the wealth of fresh, healthy, local products available to the public:

The Cabo San Lucas Organic Farmer's Market is open every Wednesday and Saturday from 7am to 1pm. Here you will find a colorful selection of fresh local products including organic chicken, fish, eggs, multi-colored heirloom tomatoes, goat cheese, fruit, arugula, cilantro and basil, along with a selection of healthy prepared foods like plump homemade tamales, salsas, pumpkin seed pesto and moles.

The farmer's market at Las Tiendas de Palmilla is a great place to browse, with a varied selection of fruits and vegetables, wines, coffee, baked goods, potted herbs and organic beauty and spa products.

In San Jose del Cabo, the farmer's market is located on the road to Las Animas, and in season, from November to May, is open every Saturday from 9am to 3pm. On display here you'll find reasonably priced produce from many local organic farms who supply the restaurants and hotels in the area. On Thursday mornings, nearby El Encanto Inn hosts an organic market that is small but growing.

MICHAEL KOHEN

CALIFORNIA RANCH MARKET

THE ORGANIC GROCERY STORE IN LOS CABOS

SPECIALIST IN GLUTEN FREE, VEGAN AND KOSHER PRODUCTS



CALIFORNIA Ranch MARKET

Enjoying Natural and Organic Food

EATING HEALTHY, LIVING WELL!

Blvd Marina in front of Cultural Pavilion. Dowtown Cabo San Lucas, BCS
(624) 143 1947 www.californiaranchmarket.com info@californiaranchmarket.com
Mon - Sat: 9:00 - 21:00 / Closed Sundays.

Follow us on facebook.CaliforniaRanchMarket

FREE DELIVERY!



Cabo San Lucas - San José del Cabo

A story from the desk of
Un relato del escritorio de
Laura G. Bueno



La vida comienza en el agua

Life begins in water



Sería increíble recordar esa primera sensación que nos dio la bienvenida a esta vida, al mundo acuático de la placenta materna. Aunque conscientemente no lo recordemos, esa sensación, en el mejor de los casos placentera, la conserva nuestro cerebro como el medio natural en donde surge la vida.

Nuestra primera respiración al nacer, nos saca de manera abrupta del ese lugar perfecto, aquel en donde todo se abastece de manera natural sin siquiera pedirlo. Inconsciente y necesariamente como seres humanos, buscamos volver a este medio para encontrarnos con la magia que alguna vez sentimos.

To recall the feeling that first welcomed us into this life, the aquatic world of the maternal womb, would be amazing. Although we can't consciously remember that sensation, which hopefully was positive, our brain retains it as the natural environment in which life is born.

Our first breath at birth abruptly took us out of that perfect place, where everything was supplied without having to ask for it. Unconsciously and necessarily as human beings, we seek to return to that environment to find the comfort we once experienced.

Ser atendidos con tratamientos para la piel, masajes, terapias en el agua, zambullirse en aguas termales o en una tina con aceites naturales, nos traslada a un spa. Espacio en el cual nuestros cinco sentidos se vuelven receptores de salud, paz y armonía.

Si bien la palabra spa es conocida por todos, su origen no lo es. Son las iniciales de salus per acquam, que en latín significan salud por medio del agua.

La higiene de los griegos y romanos tenía un sentido purificador, al tiempo que evocaba el placer. Conscientes de la necesidad de cuidar el cuerpo, los romanos pasaban tiempo bañándose en las termas colectivas. En la mitología griega, Higía, era la diosa de la curación, la limpieza y la sanidad. De su nombre deriva la palabra higiene y el equivalente en la mitología romana era Salus.

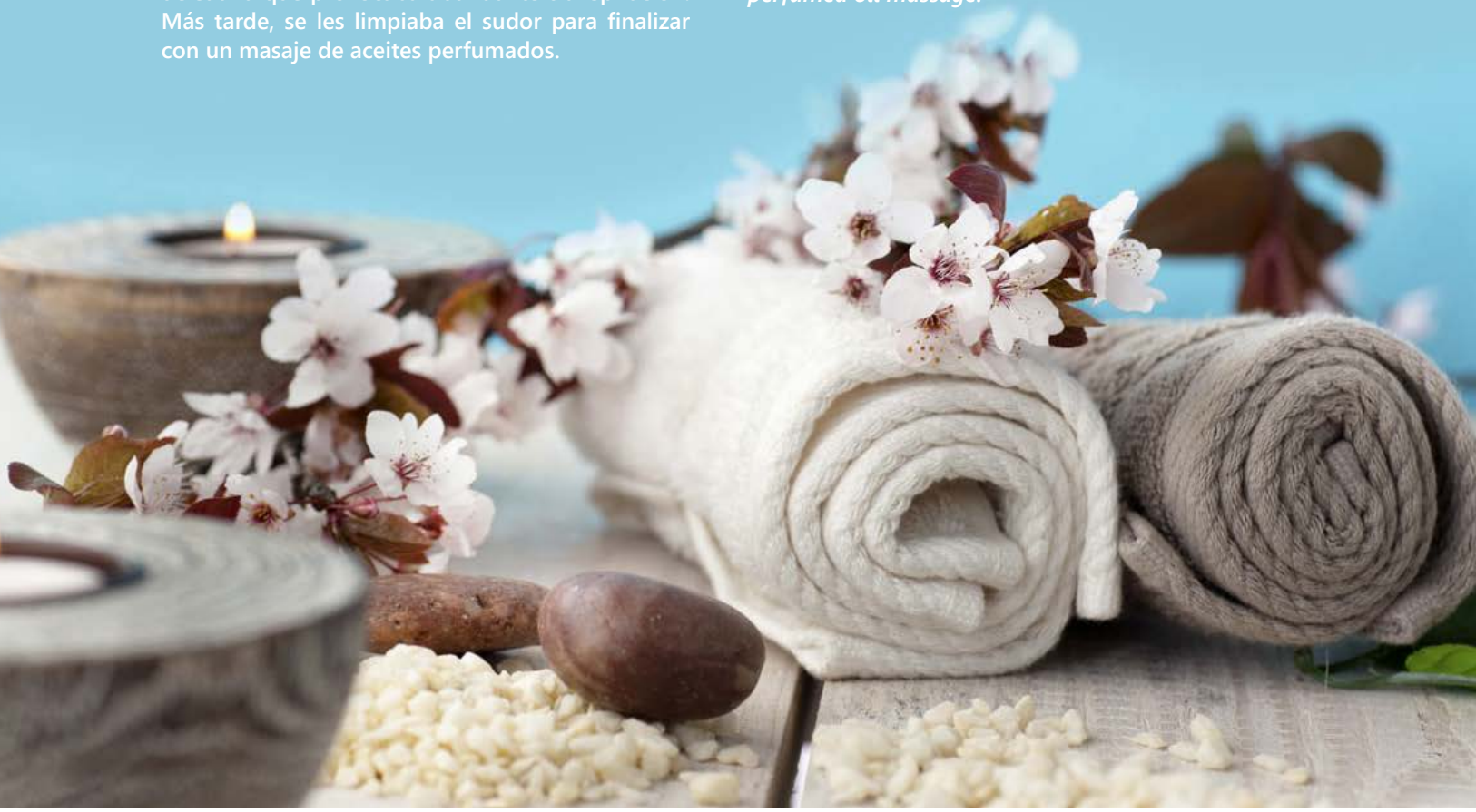
Los baños públicos romanos eran verdaderos palacios que constaban de diferentes espacios que ofrecían agua y vapor a diferentes temperaturas. Al despojarse de sus túnicas se dirigían al frigidarium, en donde se bañaban con agua fría; después al tepidarium, baño tibio con calefacción debajo del piso, y luego los esperaba el caldarium, una especie de sauna que provocaba abundante transpiración. Más tarde, se les limpiaba el sudor para finalizar con un masaje de aceites perfumados.

Treating ourselves with skin treatments, massages, water therapies, diving into thermal waters or a tub filled with natural oils, naturally takes us to a spa, a space where our five senses are bathed in health, peace and harmony.

Even though many are familiar with the word "spa," its origin remains unknown to most. It is actually formed by the initials of salus per acquam, which means "health by water" in Latin.

Greek and Roman hygiene had a purifying aspect that at the same time provoked pleasure. Conscious of the need to take care of the body, the Romans spent time bathing in communal bathrooms. In Greek mythology, Higia was the goddess of healing, cleanliness and health. The word hygiene comes from her name, which was the equivalent of Salus in Roman mythology.

The Roman public bathrooms were real palaces that had different spaces with water and steam at different temperatures. As they disrobed, the Romans walked into the frigadarium, in which they bathed in cold water. After that, they proceeded to the tepidarium, a bath with warm water, and then the caldarium, a sauna that provoked perspiration. Later, they would clean off the sweat and complete the process with a perfumed oil massage.





Otra teoría del origen de la palabra, se atribuye al pueblo belga de Spa; que era conocido por los baños de aguas termales con propiedades curativas. Sitio de recreación desde la época romana hasta la Primera Guerra Mundial, lugar al que las oligarquías aristocráticas y la alta burguesía acudían.

Los baños turcos fueron una continuación de los baños romanos y se extendieron por todo el mundo islámico medieval, desde Oriente Medio hasta Al-Ándalus. Se convirtieron en un centro de reunión social y en un elemento esencial de la vida de los pueblos y barrios de las ciudades. Se mantuvieron en la cultura oriental y se popularizaron sobre todo bajo el Imperio Otomano. A los viajeros que visitaron estos países les gustaron los baños turcos y los llevaron a la Europa occidental, donde se popularizaron a mediados del siglo XIX.





El baño turco(Le bain turc)
Dominique Ingres, 1862

Another theory of the origin of the word is attributed to the Belgian town of Spa, known for its thermal water baths with healing properties. A place of recreation since the Roman times, after the first World War it became a place where the aristocratic oligarchies and gentry gathered.

Turkish baths were a continuation of the Roman baths and were found all over the medieval Islamic world, from the middle east to Al-Andalus or southern Spain. They became a social place and an essential element of life in towns and cities. The baths were kept by the oriental culture and were popularized in the Ottoman Empire. Travelers who visited these countries liked the Turkish baths and brought them to Occidental Europe where they became popular in the 19th century.







Encuentra Nuevos Caminos



En Chevrolet La Paz/Los Cabos creemos en:

Ingenio - Lo vemos todos los días en la producción que realizan las plantas General Motors alrededor del mundo, así como en nuestros técnicos del taller de servicio, en cada uno de los trabajos que realizan.

Tecnología - La vemos en cada vehículo de nuestra marca, al contar con los mejores sistemas de eficiencia, entretenimiento y seguridad. Cuando nuestros asesores de venta muestran a clientes asombrados las características de nuestro exclusivo y único Sistema ONSTAR en México.

Desempeño - Lo vemos en cada motor de nuestros autos, y en cada uno de nuestros colaboradaores que buscan la máxima satisfacción del cliente.

Diseño - Lo Vemos a su máxima expresión en el nuevo Camaro 2014, así como nuestros clientes lo verán en nuestras nuevas agencias durante el 2014.



La Paz

MOTORES LA PAZ, S.A.P.I. DE C.V.
Av. Nicolás Bravo No. 1220
Col. Centro La Paz, B.C.S., CP 23000
Tel: (612) 122-3322 • Fax: (612) 122-2200
/ChevroletLaPaz
@chevroletlapaz

NUEVA DIRECCIÓN

Los Cabos

MOTORES LA PAZ, S.A.P.I. DE C.V.
Carr. Transpeninsular km 3, Col. El Tezal
Cabo San Lucas, B.C.S.
Tel: (624) 173-9600 • Fax: (624) 173-9630
/ChevroletLosCabos
@chevroletcabos

www.chevroletlapaz.com.mx



Autor: Francois Flameng
Bathing of Court Ladies in the 18th Century

En la cultura mesoamericana el equivalente a un spa o baño era el temazcal, palabra proveniente del náhuatl que significa, casa o templo de vapor. Se emplean infusiones de plantas medicinales sobre piedras calientes que causan un efecto terapéutico, tanto físico como emocional, de hecho nos recuerda la estancia en el vientre materno. El vapor es dirigido por una persona con un ramo de plantas o ramas tiernas de árbol, las cuales abanica con movimientos armónicos y enérgicos.

Su práctica sobrevive en la actualidad gracias a la tradición de distintas comunidades autóctonas. En América fue parte de un ritual de sanación física y purificación espiritual. Si el cuerpo está limpio el pensamiento igual.

En Baja California Sur podemos encontrar un santuario de salud, tanto en la naturaleza, como en sus aguas termales y oasis.

Los Cabos es paraíso para los amantes de lugares holísticos, de relajación física y espiritual.

In Mesoamerican culture the equivalent of a spa or bathroom was the Temazcal, a Nahuatl word that means house or temple of steam. Infusions of medicinal plants are put on hot stones and cause a therapeutic effect, both physical and emotional. It is reminiscent of the maternal womb. A person directs the steam with a bouquet of plants or tender tree branches that are fanned with harmonic movements.

The tradition is still alive thanks to indigenous communities. In America, it was part of a physical healing and spiritual purification process. If the body is clean then so is the mind.

In Baja California Sur, we can find a health sanctuary in nature through thermal waters and oases.

Los Cabos is paradise for those who love holistic places of physical and spiritual healing.

www.btlaw.com.mx lba@btlaw.com.mx

Cabo's Best Kept Secret...



Experimenta al máximo el latido, los colores y sabores de México en un hotel estilo hacienda mexicana contemporánea ubicado en el maravilloso Corredor Turístico de Los Cabos que le ofrece majestuosas vistas al Mar de Cortes y "Land's End", amplias suites de lujo, restaurantes gourmet, relajantes albercas y variedad de locaciones para eventos especiales.

Experience the beat, colors and flavors of traditional Mexico in a contemporary hacienda-style resort. Hacienda Encantada is blessed with a breathtaking Los Cabos location offering majestic views of the Sea of Cortez and the Land's End of the Baja Peninsula. Enjoy spacious suites, gourmet dining, luxurious pools and a choice of beautiful settings for special events

MEXICO GRAND HOTELS®

Hacienda Encantada®

RESORT & SPA

Los Cabos, Mexico

/haciendaencantada **www.haciendaencantada.com** @hdaencantada

Lada sin costo MX 01 (800)942 2436 • Toll Free 1 877 243 4880 • Tel. (624) 163 5550 • For Groups & Weddings 1 877 319 5080

Las ballenas de Baja California

Thar she blows! **Whale Ahoy!**









Fotografías: Oscar Ortíz

Víctor González

Desde hace millones de años, algún insondable mecanismo propio de la naturaleza de las ballenas grises, seleccionó una combinación de coordenadas en espacio y tiempo para realizar las actividades más trascendentes en la perpetración de la especie: aparearse y parir a sus crías.

Esta fórmula se refiere al invierno en los litorales de California, época del año y locación geográfica donde coinciden puntualmente. Desde mucho antes de que los europeos redescubrieran al llamado "Nuevo Mundo", incluso antes de que nuestros ancestros más primitivos arribaran a esta parte del planeta en la migración que iniciara en África hace más de un millón de años.

Las ballenas grises son las únicas que podrían considerarse nativas del Norte del Océano Pacífico, aunque existe evidencia que en el pasado surcaron otros mares.

VÍCTOR GONZÁLEZ





For millions of years, an unfathomable mechanism in the nature of the California Gray Whale has selected a combination of coordinates in space and time to carry out the most significant process in the perpetuation of the species: mating and giving birth to their young.

This internal compass has brought them to the coasts of upper and lower California every winter. The season and geographic location punctually coincided long before the Europeans rediscovered the so-called "New World," perhaps even before our earliest ancestors migrated from Africa to this part of the planet more than a million years ago.

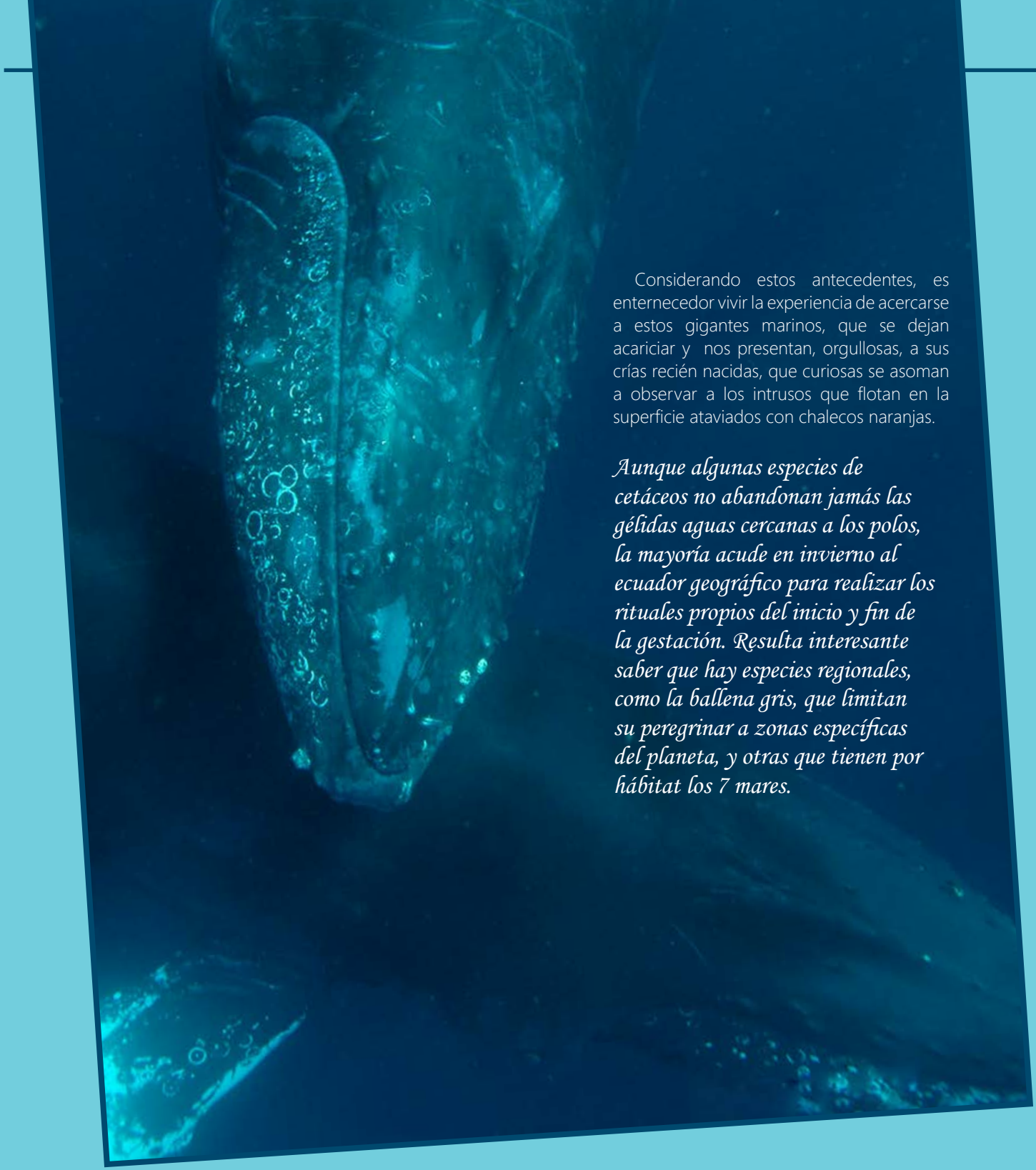
The California Gray Whale is the only species that can be considered native to the North Pacific Ocean, although there is evidence that in the past they prowled other seas.

Historical documents attest that some of the Anglo-Saxon surnames so characteristic among the people of Baja California Sur arrived aboard the whaling fleets attracted by the large population of marine mammals that inhabited these waters. An American captain learned that California Gray Whales tended to go into the calm shallow waters of lagoons and estuaries, located on the central and southern parts of the peninsula, to calve and teach their newborn how to swim. It is interesting to note that an American whaling vessel called The Black Warrior, using this blocking technique to trap prey, was dragged by the currents, ran aground and sank. The ship left a reference map that more than a century later would play a part in naming the city of Guerrero Negro, near Scammon's Lagoon.

Otros documentos dan fe de algunos marinos con los apellidos anglosajones que ahora son tan característicos entre los pobladores de Baja California Sur, llegaron a bordo de las flotas balleneras, atraídas por la espléndida población de mamíferos marinos que proliferaban en estos litorales. Los relatos cuentan que llegó a oídos de algún capitán anglosajón el que las ballenas grises se introducían en las aguas menos profundas y tranquilas de las lagunas y esteros, al centro y sur de la península, para parir y enseñar a nadar a sus crías. Es así como una embarcación ballenera de bandera norteamericana denominada *The Black Warrior*, encalló y se hundió, dejando una referencia en el mapa que más de 100 años después, serviría para dar nombre a la ciudad de Guerrero Negro, junto a la Laguna Ojo de Liebre.



VÍCTOR GONZÁLEZ



Considerando estos antecedentes, es enternecedor vivir la experiencia de acercarse a estos gigantes marinos, que se dejan acariciar y nos presentan, orgullosas, a sus crías recién nacidas, que curiosas se asoman a observar a los intrusos que flotan en la superficie ataviados con chalecos naranjas.

Aunque algunas especies de cetáceos no abandonan jamás las gélidas aguas cercanas a los polos, la mayoría acude en invierno al ecuador geográfico para realizar los rituales propios del inicio y fin de la gestación. Resulta interesante saber que hay especies regionales, como la ballena gris, que limitan su peregrinar a zonas específicas del planeta, y otras que tienen por hábitat los 7 mares.

Against that background, it is even more poignant to experience the proximity of such an enormous and noble beast and to have the opportunity to see how the trusting whale approaches the side of the boat allowing it to be patted and admired. And then, the proud mum presents you her newborn that curiously observes the intruders floating on the surface dressed in orange vests.

Although a few species of cetaceans never leave the frigid waters near the poles, most migrate in winter towards the geographical equator to engage in gestation rituals. There are regional species, such as the California Gray, which limit their pilgrimage to specific areas of the planet, and others that prowl the Seven Seas.

VÍCTOR GONZÁLEZ



Weddings
CABO SURF

Sea Spa Cabo
SALON & SPA AT CABO SURF HOTEL

Mike Doyle
SURF SCHOOL
Cabo





cabosurfhotel.com | seaspacabo.com | mikedoylesurfschool.com | US: (858) 964.5117

Carr. Transpeninsular km. 28 | San Jose del Cabo, BCS MEXICO



De tal forma, en las aguas circundantes a Baja California, año con año, disfrutamos la visita y el espectáculo de observar ejemplares como la musical ballena jorobada, la más vista; la ballena azul, la más grande de todas; la ballena de aleta; la ballena de sei; la ballena de bryde; la ballena de minke; la ballena de esperma o cachalote, la mayor de las dentadas y la protagonista en el legendario libro de Herman Melville, Moby Dick, publicado en 1851; la ballena piloto; y finalmente la villana, la hermosa ballena asesina que se deja ver con frecuencia jugueteando en grupos de 4 a 6, siguiendo la estela de alguna lancha.





El esfuerzo reiterado del gobierno mexicano hacia la preservación del medio ambiente, ha permitido asegurar la preservación de la especie. México ha liderado e influenciado a otros países en pos de la protección a las ballenas, convirtiendo lagunas en refugios para la vida silvestre y en santuarios para su reproducción, al establecer en 1988 la Reserva de la Biósfera del Vizcaíno, y declarada desde 1993 como Patrimonio Mundial de la Humanidad ante la UNESCO.

Regálese la oportunidad de disfrutar de este inolvidable espectáculo. Venga con sus amigos y familiares a Baja California Sur en sus próximas vacaciones.

Every winter, Baja California enjoys the appearance of the singing and very popular Humpback Whales, humongous Blue Whales, Fin Whales, Sei Whales, Bryde's Whales, Minke Whales and Pilot Whales that look like large black dolphins. There's also the biggest villains of them all, the beautiful and playful entertainer, the Killer Whales. They frolic in groups of 4-6 individuals, chase speedboats or just improvise a show for a casual audience. The largest of the toothed whales are the Sperm Whales depicted in the legendary book published in 1851 by Herman Melville, The Whale, but better known as Moby Dick.

A new global awareness of these precious co-inhabitants, along with extensive environmental efforts by the Mexican government, has been greatly influential in ensuring the safety of whales. In 1949, Mexico led other countries in the protection of whales by becoming one of the first nations to pass legislation prohibiting any killing of Gray Whales off its coasts. In 1979, Mexico established a marine protection area for Gray Whales in the aforementioned lagoons. The Vizcaino Biosphere Reserve was created in 1988 and, in 1993, The Whale Sanctuary of El Vizcaino became a UNESCO World Heritage site.

Give yourself the opportunity to enjoy this fabulous experience. Bring your friends and family to Baja California Sur on your next vacation and connect with nature. There is so much to enjoy here!

VÍCTOR GONZÁLEZ

Big enough to serve, small enough to care

Monica Page Logistics

En Monica Page Logistics somos una Agencia Aduanal conocida por ofrecer un servicio inigualable, personal y cortés.

Nuestra misión es tratar a nuestros valiosos clientes como nos gustaría ser tratados.

En 25 años de experiencia hemos ganado varios premios de excelencia en el servicio, uno como el mejor Agente Aduanal en Baja California.



Monica Page Logistics Corp. is a Freight Forwarding, Customs Clearance, warehousing company known for offering unparalleled, personal and courteous service. Our mission is to treat our valued customers as we would like to be treated ourselves.

With 25 years of experience, we have been given numerous awards including being voted best Freight Forwarder in Baja.

Let us take the worry off your shoulders when shipping your precious goods safely into Mexico. You'll find out what true service is all about while we keep your costs down.

MONICA PAGE LOGISTICS CORP. 7577 AIRWAY ROAD STE 103 SAN DIEGO, CA. 92154
TEL (619) 777-8909 INFO@MONICAPAGELOGISTICS.COM

LA MULA 1000

M.C. Fermín Reygadas Dahl

Como una actividad de Turismo Alternativo, en los pasados meses, un grupo de cuatro mujeres compuesto por tres estadounidenses y una canadiense se dieron a la tarea de recorrer, en todo lo posible, los senderos históricos del Camino Real de la Antigua California.



Fotografía: Gabriel Fonseca V

A few months ago, a group of four women, three Americans and one Canadian, completed an alternative tourism activity by walking the historic trails of the Camino Real de la Antigua California.

Partieron de San José del Cabo el 4 de noviembre del 2013 y concluyeron en Tecate, Baja California, el 20 de marzo del 2014. Trudi Angell nos comenta que el propósito de este recorrido fue "disfrutar la travesía a lomo de mula por los caminos y los senderos de nuestra península, lejos del bullicio urbano y en contacto con las comunidades aisladas en donde predomina la paz y la hospitalidad de los ranchos sudcalifornianos; y mostrar al mundo entero la seguridad que impera en esta región de México". Además de "hacer un homenaje a un grupo de mujeres, quienes hace cincuenta años hicieron ese mismo recorrido en la Expedición Meling (1963-1964), con Andy Meling, Joanne Alford y Eva Ewing (amiga y cliente de Trudi). Solo dos de los diez jinetes, hombres y mujeres, concluyeron la travesía, con una colección botánica y un acervo importante de fotografías, anécdotas y vivencias".

They departed from San Jose del Cabo on November 4th, 2013 and finished in Tecate, Baja California on March 20th, 2014. Trudi Angell told us that the objective of the tour was to enjoy traveling by mule on the roads and trails of our peninsula, far away from urban noise and in contact with the isolated communities where peace and hospitality reign in this region of Mexico. In addition, the tour paid tribute a group of women who embarked on the same trip fifty years ago in the Meling Expedition (1963-1964) with Andy Meling, Joanne Alford and Eva Ewing, a friend and client of Trudi's. Only two of the ten men and women riders concluded the journey. However, they returned with a botanical collection and a wealth of photographs, anecdotes and experiences.

★★★







Las integrantes de esta nueva expedición a lomo de mula fueron Trudi, "la jefa", líder y dueña de una empresa de ecoturismo y turismo rural en Loreto, experta en logística y quien cuenta con un gran prestigio entre los rancheros por su amor a las costumbres y las tradiciones del rancho sudcaliforniano, por su sencillez y honestidad. La acompañaron dos turistas, quienes son asiduas a sus viajes por La Giganta y la Sierra de San Francisco. Leslie Pringle de origen canadiense fue vital en alentar y motivar a Trudi para hacer realidad su anhelo; además de ser la encargada de conseguir el financiamiento para tal empresa y de llevar un registro minucioso de los pormenores de la expedición, que les servirá para publicar la cabalgata La Mula Mil. La otra compañera, Teddy Montes, originaria de la Alta California, es conocedora de muchos senderos antiguos, resultado del gran interés que tiene en la genealogía de los primeros soldados acompañantes de los misioneros jesuitas. Ella se sumó a los recorridos de rutas que desconocía, por lo que esta travesía le aportará nuevos datos para enriquecer su registro genealógico de más de 400 personas que habitan los ranchos con los apellidos de Villavicencio, Arce y Romero. Por último, pero no por ello menos importante, Olivia Angell, la hija de Trudi, recién graduada de la carrera de biología marina de la UABCS, una joven absolutamente bicultural que ha estudiado tanto en su natal Calistoga, California, como en Loreto, su segunda tierra. Pues bien, Olivia fue nada menos que la encargada de preparar los alimentos; iniciando con un buen café humeante para todos al pardear la mañana y terminando, sin escatimar esfuerzos después de una ardua travesía, con una reconfortante, rica y caliente cena al anochecer.

Trudi was the leader of the new expedition on mule-back. She is the owner of an ecotourism and rural tourism business in Loreto. Trudi is also an expert in logistics and well known among ranchers for her respect for customs and traditions, her honesty and her simplicity. Two women who regularly participated in past trips to La Giganta and the Sierra of San Francisco accompanied Trudi. Leslie Pringle from Canada played a vital role in motivating Trudi to make her dream come true. Leslie was also in charge of expedition finances and thoroughly organizing the details of the trip that would help publish the ride La Mula Mil. The other companion, Teddy Montes from Alta California, is an expert on old trails. Her expertise is the result of a great interest in the genealogy of the first soldiers who accompanied the Jesuit missionaries.

Teddy joined the trip because there were routes that were unfamiliar to her. They would add new information to her genealogic record of the more than 400 people with last names such as Villavicencio, Arce and Romero who live on the local ranches. The last but not least member of the group was Olivia Angell, Trudi's daughter. She recently graduated from UABCS with a degree in marine biology. Olivia is a bicultural young woman that has studied in both her hometowm of Calistoga, California and Loreto, her second home. Olivia was in charge of preparing the meals starting with a good cup of coffee for everyone in the morning and ending, after a long day, with a nice, warm supper.

★★★



No me sorprendió ver a Olivia en estos andares fuera de la universidad, pues la recuerdo bien cuando a sus siete años ya campeábamos juntos en un viaje que hicimos varias familias entre San Javier, San Miguel y San José de Comondú; así como su participación en los recorridos de la empresa de su madre, a La Giganta y la Sierra de San Francisco. Lo que sí me sorprendió y me dio un enorme gusto fue comprobar su gran instinto para "leer" el sendero en los lugares más enmontados y difíciles.

Las amazonas fueron guiadas en muchos de los senderos por un reconocido jinete, el septuagenario Dr. Chiapa, conocido por los rancheros como "Don Nacho el veterinario", también por vaqueros de diferentes localidades y ayudantes arrieros. En la región de las Sierras de Guadalupe y San Francisco se unió Don Chema Aguiar, colaborador de Trudi y músico famoso.



It didn't surprise me to see Olivia on this walk, away from college. I remember when she was seven and we camped together with some families on a trip between San Javier, San Miguel and San Jose de Comondu. That was in addition to her participation in her mother's company's trips to La Giganta and the Sierra of San Francisco. What did surprise me and gave me great joy was how she demonstrated her great instinct for reading the most difficult parts of the path.

A well-known rider, the septuagenarian Dr. Chiapa, guided the travelers on many stretches of the route. Ranchers, cowboys and stable workers know him as "Don Nacho the Vet." In the region of the Sierras of Guadalupe and San Francisco, a famous musician, Don Chema Aguilar, joined Trudi as a companion.

Another interesting facet of the trip was the participation of the communities. Residents would join in the ride when the group approached and left a town. At San Javier, a large group of jockeys joined the ride from Loreto in time for the San Javier festivities. The ride between Loreto and San Javier is celebrated during the first days of December every year.

★★★

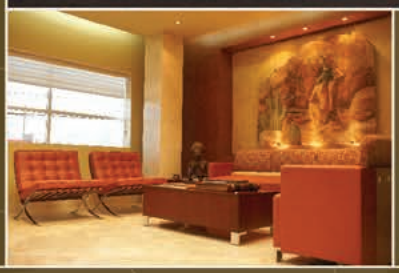
Notaria
PÚBLICA TRES

LIC. CARLOS ARÁMBURO ROMERO
Y DEL PATRIMONIO INMOBILIARIO FEDERAL


" Las Indiscreciones de la Tarde "




" Creadoras de Sueños "







ALL ABOUT CLOSING & NOTARY PUBLIC LEGAL SERVICES



CONTACT: LIC. CARLOS ARAMBURO ROMERO
carlos.aramburo@notaria3bcs.com
www.notaria3bcs.com

www.notaria3bcs.com

ISABEL LA CATÓLICA NO. 2100-1
ESQ. ALLENDE COL. CENTRO, C.P. 23000
LA PAZ, B.C.S. MÉXICO
DIR. +52 (612) 175-27 10
TEL. +52 (612) 175-27 00
FAX. +52 (612) 175-27 01

PLAZA PROVIDENCIAL LOCAL 2
CARRETERA TRANSPENINSULAR KM. 4 S/N
COL. EL TEZAL C.P. 23454
CABO SAN LUCAS, B.C.S. MÉXICO
TEL. +52 (624) 105-94 40
+52 (624) 105-94 42



Fotografía: Gabriel Fonseca V

Otro ingrediente del viaje fue la participación en las cabalgatas de las comunidades, quienes se incorporaban antes o después de la llegada a un pueblo; como en San Javier, cuando el grupo se unió a un gran número de jinetes en la cabalgata tradicional que parte desde Loreto para llegar a las fiestas de San Javier. Esta cabalgata entre Loreto y San Javier se celebra durante los primeros días de diciembre de cada año.

El recorrido completo no se llevó a cabo de una sola vez, tuvo intervalos, como en las fiestas navideñas cuando los integrantes se fueron a sus hogares, dándoles un buen descanso a las mulas y los burros de carga.

Don Nacho Chiapa comentó en una entrevista, que las mulas recorrían aproximadamente 20 kilómetros diarios en brechas donde había agua y comida; pero en territorios poco andados, la distancia disminuía a 10 kilómetros por día con travesías de 10 horas.

La experiencia que me tocó vivir en la travesía cuando los acompañé por la Sierra de Guadalupe, entre San Isidro y las cercanías de San Ignacio, fue por senderos que se usan poco en la actualidad. En lo particular, disfruté mucho las travesías en el monte cerrado, me permitió ver la flora silvestre. Aunque no es conveniente en un proyecto con una larga distancia por recorrer y en donde es preciso avanzar continuamente, con un paso más rápido.



En la parte de la cabalgata que acompañé a las cuatro amazonas y al Dr. Chiapa, fue muy gratificante, en especial, observar el gusto que expresaban los habitantes de los ranchos al mirar la osadía de este grupo de mujeres, y ver llegar la cabalgata a su rancho. Todos vivimos la hospitalidad de los rancheros y sus familias; donde disfrutamos de la cena y la plática, acompañados de un sabroso café de talega.

El viaje a lomo de mula permite disfrutar del paisaje por brechas y senderos. Si bien, las mulas son animales seguros y listos, uno tiene que estar pendiente para esquivar ramas, rocas y obstáculos. En cuanto a la capacidad de fotografiar montando la mula, esto depende de lo inquieto del animal y de lo sinuoso del terreno.

Sin lugar a dudas, hubo momentos que valieron la pena apearse de la mula para caminar y fotografiar el paisaje. **Todo esto nos recuerda la premisa del ecoturismo: viajar más lento, te permite integrarte al entorno, conocer y ver mucho más.**

The journey wasn't completed all at once. There were times, like during the holidays, when the members went home to rest themselves, the mules and the donkeys.

Don Nacho Chiapa said in an interview that the mules walked approximately 12.5 miles a day with intervals where there was no water or food. However, on other less known paths, the distance dropped to six miles a day over 10 hours.

When I accompanied the travelers through the Sierra of Guadalupe, between San Isidro and San Ignacio, my experience was on paths that aren't much used nowadays. I particularly enjoyed traveling in the mountains. I was able to spend time observing the wild flora, even though it was not convenient on a long distance project where it's important to move at a quick pace.

What I experienced was very gratifying, especially the joy of the inhabitants as they observed this group of women approaching their ranches. We basked in the hospitality of the locals and their families, where we were treated to a meal and conversation accompanied by a delicious talega coffee.

Traveling by mule allows you to enjoy the scenery. Mules are safe and smart animals. They must be alert to avoid rocks, branches and other obstacles. When it comes to taking pictures while on a mule, it depends on the energy of the animal and on the terrain. Without a doubt, there were moments when it was worth walking and taking pictures of the scenery.

The entire trip reminded us of the benefits of ecotourism. ***Traveling slowly allows you to get involved with your surroundings. You see and know much, much more.***

★★★

TENDENCIA®

El Arte de Viajar

Publicación única en su género, creada para promocionar los atractivos naturales, cultura, historia, arte, gastronomía, biodiversidad e infraestructura a la vanguardia de uno de los destinos más importantes de México: **Baja California Sur.**

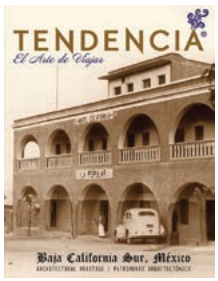
CIRCULACIÓN

- **Frecuencia:** Bimestral-Bilingüe
- **Pass Along:** 3.8 personas
- **Tiraje:** 10,000 ejemplares
- **Lectores:**

Mujeres 56% | 44% Hombres

CALENDARIO EDITORIAL

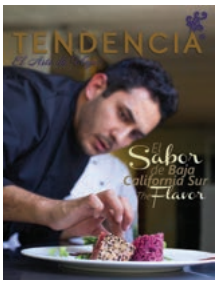
Historia
History



Turismo Alternativo
Alternative Tourism



Gastronomía
Gastronomy



Eventos & Bodas
Events & Weddings



Playas, Islas & Bahías
Beaches, Islands & Bays



Arte
Art



DISTRIBUCIÓN

Aeropuertos - Hoteles - Cruceros - Restaurantes - Asociación de Concierges - Clubes - Spas
Oficinas Corporativas - Residencias - Campos de Golf - Agencias de Viajes - Hospitales
Cámaras, Asociaciones, Embajadas, Notarías - Eventos y Ferias Turísticas - Encarte a Empresarios

70% México

- México
- Monterrey
- Guadalajara
- Tijuana
- Ensenada
- Bajío
- Saltillo
- Cancún
- Los Cabos
- La Paz
- Todos Santos
- Loreto
- Hermosillo



30% Estados Unidos & Canadá

- Los Ángeles
- Chicago
- Phoenix
- Las Vegas
- Nueva York
- San Diego
- Aeropuerto John Wayne, Orange County, CA.
- Laguna Beach
- Florida
- Toronto, Canadá

ESTRATEGIA DIGITAL

20, 460 visitas mensuales promedio en la página web oficial.

www.tendenciamagazine.com

31, 877 Usuarios en Social Media

Alcance Promedio de Personas **1, 024, 808**

Información actualizada: Marzo 2014

Plaza Misiones L3, Calle Hidalgo S/N, Cabo San Lucas, B.C.S. Tel (624) 104-3516



La fundación Misión Eco-Alianza de Loreto considera que cada persona que visite o viva en Loreto debe proteger el entorno natural y cultural. Comprometidos con esto, elaboran un contenido impreso de enlace con la comunidad, en español y en inglés, para incluir a toda la población multicultural que la compone.

Eco-Alianza tiene un consejo de administración que representa activamente a todos los sectores de la comunidad de Loreto; incluye a los habitantes con arraigo, compradores de segundas viviendas, jubilados y visitantes.

Misión: Trabajar para proteger el entorno natural y cultural mediante el fortalecimiento de la sociedad civil y del gobierno para juntos crear comunidades prósperas.

Visión: Ser una comunidad que trabaje unida y reconozca que la calidad de vida está relacionada con la preservación del medio ambiente.

The Eco-Alliance foundation believes that everyone that visits or lives in Loreto must be part of the protection of the natural and cultural environment. As a result, printed materials and links with the community are bilingual in English and Spanish in order to respect the cultural differences and language of the diverse population. Eco-Alliance has a board of directors that actively represents all the faces of the community, including people with roots in Loreto, owners of second homes, retired residents and visitors with a commitment to Loreto.

Mission: *Protect and conserve the cultural and natural environment by strengthening both society and government and working together to create healthy and prosperous communities.*

Vision: *The community recognizes that the quality of life is related to the health and vitality of the environment and citizens act accordingly.*

Objetivos:

- Apoyar la planeación urbana
- Apoyar la preservación histórica
- Promover la colaboración internacional y organizaciones civiles comprometidas con la protección y preservación de los ecosistemas de la Bahía de Loreto
- Promover la aplicación de las leyes ambientales en el Municipio de Loreto

Objectives:

- To support urban plans
- To support historic preservation
- To promote international collaboration and civil organizations committed to the protection and preservation of the fragile ecosystems of the Bahia of Loreto
- To promote the application of the environmental laws of the Loreto Municipality

www.ecoalianzaloreto.org

RPConsultores®
SERVICIOS ADMINISTRATIVOS



GUIÁNDOLOS HACIA UN FUTURO DE SEGURIDAD FINANCIERA

Guiding you to a future of financial security

RP Consulting develops investment strategies that not only creates capital, but also protects and preserves it. We have provided our customers the highest levels of confidence for over 15 years. We believe the success of your financial future is created by personal and professional atention. We invite you to enjoy the benefits of the highest quality financial advisory services in the country with RP Consulting.

RP Consultores desarrolla estrategias de inversión que no sólo crea capital, sino también lo protege y lo conserva. Hemos brindado a nuestros clientes los más altos niveles de confianza durante más de 15 años. Creemos que el éxito de tu futuro financiero es creado por la atención personal y profesional. Te invitamos a disfrutar de los beneficios de la más alta calidad de servicios de asesoramiento financiero en el país con RP Consultores.

- **Payroll Administration** *Administración de Nóminas*
- **Legal and Fiscal Assessment** *Asesoría Fiscal y Legal*
- **Financial and Fiscal Auditing** *Auditoría Financiera y Fiscal*
- **Legal and Fiscal Defense** *Defensa Fiscal y Legal*
- **Corporate Services** *Servicios Corporativos*
- **Trademark and Patent Register** *Registro de Marcas y Patentes*

Calle Miguel Hidalgo, Plaza Mediterránea 2do Piso L14
Col. Matamoros 23468, Cabo San Lucas, BCS
Tel: 624 120 1276 / 77 • www.rp-consultores.com

Calle Salvatierra S/N
Frente A Escuela Normal
Col. Centro, Loreto, BCS 23880

Calle Viena 264 Int. 3
Col. Versalles, Puerto Vallarta,
Jalisco 48310



ALL THE BEST BRANDS AT THE MARINA CABO SAN LUCAS

CH CAROLINA HERRERA	Chopard	COACH NEW YORK
FENDI	MALÌPARMI	MONT BLANC
Salvatore Ferragamo	SWAROVSKI	TOUS
Ultrafemme	ULTRAJEWELS	VILEBREQUIN

@luxuryavenue

LUXURYAVENUE.COM

MONEYBACK SHOPPING INCENTIVE