

ARASKITZALE

PÓSTER CENTRAL FLOR CHAGAS

MAGZ
N.37



VS



IDK EUSKOTREN
club deportivo ibaeta

**impresión
digital**

**gran
formato**

GAROADIGITAL

banners

**diseño
gráfico**

GAROADIGITAL

offset

**papelería
corporativa**

**encua-
derna-
ción**

vinilos

impresión digital | offset | diseño gráfico | tarjetas de visita
gran formato | catálogos | folletos | carteles | roll-up | foam
calendarios | boletos | sobres | cartas | talonarios | facturas
| revistas | escáner | laminado | encuadernaciones
y mucho más...

Cuadrilla de Vitoria, 18 Bajo
01013 Vitoria-Gasteiz
Tel: 945 26 00 08

E-mail: garoa@garoadigital.com
Web: www.garoadigital.com

Récord triples en Leganés

Kutxabank Araski llegaba necesitado de victorias a la visita a Leganés. Tras una dura cuesta de enero, el conjunto vitoriano quería revertir la situación antes del parón por la ventana FIBA de clasificación para el Eurobasket. Y así lo hizo con un triunfo muy importante en un partido de tú a tú contra las madrileñas.



Una victoria que las de Made Urieta consiguieron a base de triples. Hasta **15 triples** anotaron las vitorianas, **récord histórico de Araski**. Txell Alarcón y Chatrice White metieron los primeros tiros desde más allá del 6,75. Cuatro triples, dos de cada una de ellas, en el primer cuarto permitieron mantener las primeras ventajas en el marcador favorables para Kutxabank Araski.

El acierto desde el triple continuó en el segundo cuarto. Aquí los lanzamientos desde la larga distancia se repartieron en Natalie van den Adel, Tanaya Atkinson y Flor Chagas. Con

sus tiros anotados, Kutxabank Araski llegó al descanso con **7 triples metidos** para seguir por encima de Leganés.

El paso por vestuarios no frenó la efectividad triplista de las de Made Urieta. **Tras la reanudación, el equipo vitoriano anotó 8 triples** y apareció una nueva jugadora en el tercer cuarto, María Asurmendi. La capitana metió 4 de esos tiros de tres para decantar la balanza a favor del Kutxabank Araski y conseguir una victoria de valor en el Pabellón Europa de Leganés.

AUTOBUSES LA UNIÓN CONTINUARÁ SIENDO EL TRANSPORTE OFICIAL DE ARASKI

El primer equipo además ha estrenado autobús recientemente

Araski y Autobuses La Unión han llegado a un acuerdo para renovar el acuerdo de colaboración que les unía desde 2019 **por otras cuatro temporadas más**. Por tanto, el equipo de Liga Femenina Endesa y los equipos de cantera seguirán desplazándose en Autobuses La Unión mínimo hasta el año 2027.



AUTOBUSES LA UNION

Y lo hace con una novedad. Y es que este año el primer equipo está viajando en un **PREMIUM SUNSUNDEGUI SC7**. Un vehículo de 13 metros, dotado con 55 plazas, enchufes a 220 V y enchufes USB y con las últimas medidas de seguridad que existen en el mercado, además de disponer un baño incorporado, un lujo para los trayectos del primer equipo que se ha de mover por toda la península. El autobús ha sido rotulado con el color verde de Araski y no podemos estar más contentas por el resultado.

Autobuses La Unión cuenta con una flota de 150 autobuses de las principales marcas del mercado destinados al servicio discrecional, con una edad media de menos de cuatro años. Una amplia gama de autobuses y minibuses de 71, 55, 37 y 15 plazas, equipados con la más alta tecnología, asientos ergonómicos y avanzados sistemas de seguridad y confort.

Autobuses La Unión, además de dar servicio con las líneas regulares que conectan:

Vitoria - Gasteiz con Bilbao
Vitoria - Gasteiz con Pamplona
Vitoria - Gasteiz con el Valle de Ayala, Murgia e Izarra
Vitoria - Gasteiz con Miranda de Ebro
Vitoria Gasteiz con Durango

Es una empresa dedicada también a dar servicio a colegios, fábricas, excursiones de todo tipo, eventos...

Desde ARASKI queremos agradecer públicamente la confianza que LA UNION ha depositado en nosotras para seguir siendo nuestro medio de transporte.

Gracias por acompañarnos en nuestro camino.



Puedes conocerlos más en la web
www.autobuseslaunion.com

Flor Chagas

¿Cómo empezaste con el baloncesto?

Empecé con cinco años en un equipo de chicos porque mi padre siempre fue jugador. Competir contra chicos desde pequeña fue lo que me ayudó a ser mejor porque jugar contra ellos me dio más agresividad. Estuve con ellos hasta los 10 años porque ya no dejaban más jugar a las mujeres con los hombres en esas edades.

Después de destacar con las categorías inferiores de Argentina diste el salto a Europa. ¿Cómo fue?

Cuando tenía 12 años fue mi primera llamada para la selección de Argentina sin haber estado en ninguna provincial. Siempre he estado con las mayores y tuve la oportunidad de jugar con las de mi edad con los 16 años en el Mundial que me enfrenté a Made e hice un triple doble.

¿Qué tienen los argentinos en las venas que viven el baloncesto?

Nosotros hacemos las cosas "a pulmón". Nos tenemos que esforzar mucho en las cosas que hacemos. La facilidad que hay en Europa no la tenemos en Argentina.

Siempre tenemos que ir a un club de allí para poder jugar y no es tan fácil hacerlo en la calle. Si quieres ser diferente, tienes que entrenar diferente.

Terminaba del colegio y estaba hasta las 12 de la noche para entrenar, a una hora de mi casa. Son esfuerzos que tienes que hacer y en los que la familia te tiene que acompañar.

¿Cómo fue irte de casa a los 16 años?

Mi familia me acompañó todo el rato y fue fundamental para ser quien soy. Nada es fácil, pero me apoyaron a tomar la decisión que yo quería. No fue nada fácil cambiar de cultura, no saber italiano... Viví una experiencia muy dura y tenía que entrenar tres veces por día, pero siempre teniendo un objetivo para llegar a mi mejor versión.

¿Por qué Araski?

Mi último año en Italia fue muy malo. Decidí que me quería ir de allí y mi agente contactó con Made que estaba muy interesada en mí. Ella me llamó y sentí un feeling diferente. Me encontré

muy cómoda hablando con ella y me gustaba el reto de jugar en la liga española. Me está costando adaptarme, pero sé que soy joven y que es un año de crecimiento mental, físico y de todo.

¿Qué es lo más complicado de adaptarte en esta nueva liga?

Lo competitiva que es la liga al completo. No hay ningún equipo que puedas relajarte, ni jugadora que no sepa defender ni atacar bien.

Me sirve mucho esta intensidad y se nota la calidad de juego. Estoy aprendiendo un montón, pero estoy muy feliz.

Primera jugadora argentina seleccionada en el draft de la WNBA, ¿cómo te sientes?

Fue un orgullo para todo el país. Siempre se vio muy lejos y es casi imposible conseguirlo. Tengo que trabajar muy duro para de verdad poder proyectarme y estar ahí. La primera parte del sueño está y ahora todo depende de mí.

¿Qué es lo que más te gusta de Vitoria?

Me gusta mucho la gastronomía. Cuando salgo a comer me gustan los pintxos o la tarta de queso. Vitoria es una ciudad muy bonita y pintoresca. Tiene cosas diferentes. La movilidad es muy buena y estaba acostumbrada



da a moverme con el coche, ahora lo puedo hacer con tranvía o autobús.

Primera temporada en España y Copa de la Reina. ¿Cómo lo valoras?

Pudimos ganar a equipos muy grandes inconscientemente. Vamos con el objetivo de ganar y podemos batallar contra todos. Es un orgullo para el trabajo del equipo vernos en una Copa de la Reina.

¿Has recuperado sensaciones de juego después de la última temporada en Italia?

Sí. A pesar de que no es fácil, es parte de un proceso y tengo que tener paciencia para absorber de Made y de todas las jugadoras. Me gustaría seguir en la liga española y claro que sí, hacerlo en Araski sería muy lindo.

¿Un sueño por cumplir?

Principalmente es ser mejor cada día y llegar lo más alto que pueda. Quiero jugar con Argentina más Mundiales, llegar a unos Juegos Olímpicos y que el país crezca a nivel de baloncesto femenino. La verdad que no tengo nada más en mente.

¿Cómo es coincidir con dos argentinos en el equipo?

Sí, 100%. Es algo diferente para mí. Tenía miedo de como podía llegar a integrarme porque había tenido amigas que habían tenido diferentes experiencias. Haberme encontrado con Buri y Bachi ha sido muy lindo porque ya es otro feeling. Ellos me integraron, aunque todo el equipo lo hizo y son muy humanos muy buenos. Estoy muy agradecida por haberme encontrado con estas personas tan humanas.





HOY CONOCEMOS...

INFANTIL EGIBIDE

Jugadoras

6-June Martín
8-Uxue Ruiz de Arbulo
9-Martina Bastida
10-Carla Casado
11-Naroa Benítez
12-Elena Sánchez
13-Paula Montero
14-Erika Ruiz de Infante
15-Haizea García
16-Izaro Carabias
17-Lucía De Lera

Entrenadoras

Andrea Pérez de San Román
y Kike García de Garayo



El Infantil Egibide Araski ha ido la temporada de menos a más y con muy buenos resultados. Cada día que pasa, las jugadoras compiten mejor y están más juntas lo que permite superarse en cada entrenamiento y cada partido. En la parte actual de la temporada, el Infantil Egibide se enfrenta a equipos del mismo nivel y mejores.

Estos encuentros contra rivales superiores permiten ese desarrollo y la mejora continúa que buscan sus entrenadores. Eso sí, el objetivo con las jugadoras es que se enganchen al baloncesto más de lo que ya están para que sigan creciendo deportivamente. Para ello, los entrenadores, Kike y Andrea, les ofrecen todas las herramientas posibles para que sean cada día mejores.

INFANTIL IVEF

Jugadoras

5 Iraide Cristobal
6 Naira Blanco
7 Ainhize Acedo
9 Naroa Achaerandio
11 Leire Iruretagoiena
13 Ane Barroso
14 Eider Atxa
15 Claudia Herrero
16 Sara Barea
17 Paula Barcena
19 Iara Gonzalez
27 Alaia Amelibia
28 Uxue Hernandez

Entrenadoras

Haizea Avelino y Olaia Avelino



Después de pasar la primera fase en un grupo con equipos de todos los niveles, el Infantil IVEF consiguió la cuarta posición para estar en el grupo 4 de la segunda fase de competición. Esto permite que las jugadoras de Araski se enfrenten a equipos más nivelados y competir mejor.

El objetivo de la temporada para este equipo infantil de Araski es reflejar en la cancha todo lo que trabajan desde principio de temporada. Más allá de los resultados, el Infantil IVEF mantiene las mismas ganas e ilusión por demostrar su pasión por el baloncesto durante todo el año.

HOY CONOCEMOS...



INFANTIL SOLOGANA

Jugadoras

4- Iraia Gzl de Arrilucea
5- Laia Izquierdo
6- Alaa Malak Cherair
8- Haizea Sánchez
10- Naia Navarro
11- Eider López
14- Maider Leonor Samudio
15- Garazi Iriarte
16- Nour El Hichou
17- Naomi Osaigbovo Egigitor
18- Elis Yuseinova
21- Isabela Giraldo

Entrenadoras

Rosa María Rodríguez y Aitana Nanclares

El Infantil Sologana es un equipo formado mayoritariamente por jugadoras del año 2010 que disputan su primer año en la categoría. Este equipo es muy heterogéneo con jugadoras que llevan años jugando a baloncesto, algunas que llevan un par de temporadas y otras que han empezado este año a practicar este gran deporte.

El inicio de la temporada fue complicado. En la primera fase de la liga hubo equipos más fuertes físicamente y más experiencia que unido a que las txikis empezaban a conjuntarse y ser "equipo", costó varias derrotas duras. A pesar de todo, el equipo siguió trabajando y entrenando bien, con ganas y buen

ambiente lo que se ha traducido en un buen inicio de la segunda fase.

El Infantil Sologana está en el grupo 4 de la categoría con rivales más igualados, donde pueden demostrar lo trabajado y seguir aprendiendo y cogiendo experiencia. Actualmente el equipo lleva un bagaje de 4 victorias y 1 derrota.

El objetivo de la temporada es intentar que las jugadoras sigan aprendiendo nuevos conceptos tanto individualmente como en equipo, pero sobre todo, intentar que sigan disfrutando y sigan "enganchadas" a este deporte durante muchos años.

LESIÓN DE MENISCOS EN LA RODILLA

Los meniscos son como unas almohadillas que se encuentran en la articulación femoro-tibial (entre el fémur y la tibia). Su función es la de dar estabilidad articular, absorción de cargas y nutrición y lubricación articular.

En la rodilla nos encontramos dos meniscos; el interno (con forma de C) y el externo (con forma de O). El interno tiene una mayor congruencia articular, es decir, está más fijado en la rodilla por estructuras vecinas, en cambio, el externo está menos fijado y tiene más movilidad.

En cuanto a las lesiones de menisco, **según un estudio de la NBA entre los años 1988-2010, las del externo suponen un mayor porcentaje que las del interno;** en mayor medida son aisladas de meniscos (a veces suelen ir acompañadas de rotura de ligamento cruzado anterior y/o ligamento interno) y la mayoría de veces en situaciones de no contacto.

El mecanismo de lesión suele darse por un conjunto de fuerzas compresivas (con el pie apoyado en suelo) al mismo tiempo que un movimiento de giro.

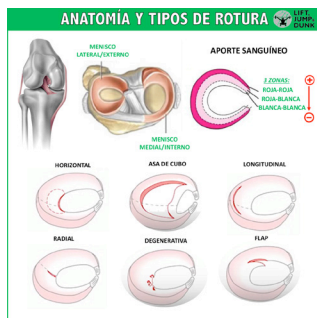
También suele darse en movimientos bruscos laterales (valgo y varo) y en movimiento de hiper-flexión e hiper-extensión.

Podemos diferenciar tres áreas; la roja-roja (periférica, zona de mayor irrigación y en consecuencia mejor pronóstico sin intervención), blanca-blanca (zona más interna, muchas veces necesaria intervención quirúrgica) y roja-blanca (zona entre las dos anteriores y que reúne características de las dos).

quirúrgico. Tanto si se opta por un tipo o por otro, es importante empezar la rehabilitación en cuanto se pueda.

En este caso **la Fisioterapia nos puede ayudar en el tratamiento** con radiofrecuencia, con terapia manual tanto para normalizar tejidos como la movilidad de la rodilla y de las articulaciones vecinas.

Si ha habido intervención en normalizar el tejido de la cicatriz y con ejercicios para mejorar y normalizar tanto la estabilidad de la rodilla como la fuerza y rapidez de contracción de la musculatura de la pierna.



El tratamiento dependerá en mayor medida del tipo de rotura y de la sintomatología del paciente.

Normalmente siempre se contempla el **tratamiento conservador**, pero a veces si la sintomatología persiste, se opta por el tratamiento



Te esperamos en AKARI
SALUD Y BIENESTAR
www.akaribienestar.com



Déjanos cuidar de tu salud

*Amplias Instalaciones
Suelo Radiante Climatización*

En Akari cuidamos de tí y tratamos de
transmitir las máximas herramientas
para el autocuidado y mantenimiento de
una buena calidad de vida.

CONFORT Y PROFESIONALIDAD



AKARI

Salud y Bienestar

fisioterapia, salud & nutrición

akari@akaribienestar.com - 945 234 061



FLOR CHAGAS



k
kutxabank

NATALIE VAN DEN ADEL Y MADE URIETA EN LA ÚLTIMA VENTANA FIBA PARA EL EUROBASKET

La última ventana FIBA de clasificación para el Eurobasket ha tenido color verde de Araski. Y es que Natalie van den Adel y Made Urieta han jugado con sus selecciones los últimos partidos antes del torneo europeo que se jugará en verano.

Natalie van den Adel sigue siendo una fija de la plantilla de Países Bajos en los encuentros internacionales. Con su selección, la capitana del Kutxabank Araski disputó primero un amistoso contra la selección B de Bélgica. Un encuentro en el que Países Bajos consiguió la victoria por 64-59.

Cuatro días más tarde, Países Bajos viajó hasta Praga para enfrentarse a la República Checa. La selección holandesa no consiguió la victoria (69-49) en un partido muy completo de Natalie van den Adel que acabó con 6 puntos, 7 rebotes y 4 asistencias.

Por su parte, Made Urieta continúa formando parte del cuerpo técnico de la Selección Española. En esta ocasión, la entrenadora del Kutxabank Araski viajó hasta Rumanía e Islandia para cerrar la fase de clasificación para el Eurobasket 2023.

Dos partidos muy cómodos para la Selección Española que superó a Rumanía por 32-75 y a Islandia por 34-88. Con la clasificación cerrada, el combinado nacional estará en el próximo Eurobasket que se jugará en Israel y Eslovenia.



POR UN HOGAR MÁS CÓMODO Y SEGURO

Presume de ducha iya!



De bañera a ducha
en 8 horas

Calidad líder
Pionero en Álava

Bainuontziaren ordez
dutxa 8 ordutan

Kalitate gorena
Araban aitzindari

Ducha *Ya*
www.duchaya.com



ANTES
lehen



-25.000
CAMBIOS
REALIZADOS
ALDAKETARIK
GORA



SIN PAGOS POR
ADELANTADO
AUREREDUNAK
KETARIK GABE



SOLUCIONES
ACCESIBILIDAD
JOSIA
BIRITASUN
IRITENBIDEAK



FINANCIACIÓN
SIN INTERESES
FINANTZAKIA
INTERESIK
GABE

VITORIA GASTEIZ
Avda. Gasteiz nº40

Tel. 945 102 588



TU CORREDURÍA DE SEGUROS

Abendaño, 37 bajo_Tel: 945 241 412

01008 Vitoria-Gasteiz

e-mail: euromex@euromex.net

www.euromex.net

EUROMEX

CORREDURIA DE SEGUROS

25 *le*
urteurrena
aniversario

EMPODERANDO A LAS CHICAS EN EL MUNDO DE LA TECNOLOGÍA

*Bajo el marco del Día Internacional de la mujer y la niña en la ciencia, **Lantek** abrió de nuevo las puertas de nuestras oficinas centrales para acoger a las jóvenes jugadoras de los equipos de alevines de Araski.*



Durante la jornada, las txikis tuvieron la oportunidad de visitar las instalaciones de **Lantek en el Parque Tecnológico de Álava** y participar en una charla exclusiva con ingenieras de la compañía.

La sesión estuvo liderada por **Laura Santa-maría y Lidia Almazán**, quienes compartieron su conocimiento y experiencia en el campo de la tecnología, resaltando el papel importante de la mujer en profesiones tecnológicas y desafiando estereotipos de género. La charla incluyó un juego de preguntas y respuestas,

material audiovisual e información valiosa sobre las profesiones tecnológicas más demandadas en la actualidad.

La jornada culminó con una merienda organizada por Lantek, donde las jugadoras pudieron compartir sus impresiones sobre la experiencia y disfrutar de una tarde amena y constructiva. Nosotros esperamos volver a encontrarnos con estas talentosas jugadoras en el futuro y continuar inspirándolas a explorar su potencial en el mundo de la tecnología.

lantek

Con esta colaboración con el equipo de baloncesto femenino Araski que ya va por su segunda temporada, desde Lantek buscan fomentar la igualdad de género en todos los campos, incluido el de la tecnología y alentar a más chicas a explorar sus habilidades y pasiones.

La tecnología es una industria en constante evolución y es importante que las mujeres

estén representadas en los diferentes roles y posiciones de liderazgo dentro de ella.

La jornada tecnológica de Lantek demuestra su compromiso con la igualdad de género y su dedicación a inspirar a las próximas generaciones de mujeres líderes en tecnología.





LF endesa

CALENDARIO

Más info: www.lfendesa.es

P	EQUIPO	PG	PP	PF	PC	PTS	RACHA
1	 SPAR GIRONA	17	3	1486	1261	37	11
2	 VALENCIA B.C.	16	4	1529	1217	36	1
3	 PERFUMERIAS AVENIDA	15	5	1423	1235	35	5
4	 CASADEMONT ZARAGOZA	14	6	1394	1253	34	-1
5	 MOVISTAR ESTUDIANTES	10	10	1357	1332	30	2
6	 LOINTEK GERNIKA BIZKAIA	10	10	1370	1367	30	-1
7	 BARÇA CBS	10	10	1288	1326	30	-2
8	 KUTXABANK ARASKI	10	10	1275	1357	30	1
9	 EMBUTIDOS PAJARIEL BEMBIBRE PD	9	11	1331	1355	29	-1
10	 IDK EUSKOTREN	9	11	1423	1438	29	1
11	 CADI LA SEU	9	11	1335	1252	29	2
12	 SPAR GRAN CANARIA	8	12	1443	1475	28	-3
13	 DURÁN MAQUINARIA ENSINO	8	12	1250	1385	28	2
14	 HOZONO GLOBAL JAIRIS	7	13	1338	1442	27	-2
15	 INNOVA-TSN LEGANES	6	14	1330	1573	26	-3
16	 TENERIFE	2	18	1207	1511	22	-7



21 PUNTOS
ANOTADOS

6 REBOTES
TOTALES

19 VALORACIÓN
TOTAL

LARRAIN



HOY CONOCEMOS A...

IDK EUSKOTREN

Derbi muy igualado en Mendizorrotza

Varios meses después llega el segundo derbi vasco al polideportivo de Mendizorrotza. En esta ocasión, Kutxabank Araski recibe al **IDK Euskotren**. El conjunto guipuzcoano llega con la moral alta tras conseguir la victoria en la última jornada de derbi contra Lointek Gernika y buscará la revancha del partido de ida del Gasca.

El equipo donostiarra ha sufrido varios cambios y lesiones en la plantilla durante la presente temporada. A pesar de ello, las de **Azu Muguruza** se han agarrado a

las opciones de conseguir una de las ocho plazas de playoff en una Liga Femenina Endesa muy igualada en la zona media de la clasificación.

En la dirección de juego, IDK Euskotren cuenta con la juventud de **Nicole Cardaño Hillary** que vive su primera experiencia en la competición. Junto a ella está **Paula Estebas** que ha llegado tras las bajas de **Yurena Díaz y Ane Esnal** para dotar de experiencia y calidad en el perímetro donostiarra.





IDK EUSKOTREN
club deportivo ibaeta

PRÓXIMO RIVAL



Por fuera, el equipo de San Sebastián cuenta con dos anotadoras conocidas de la liga como son **María España y Natalia Rodríguez**. La primera de ellas llega a este encuentro tras haber anotado 28 puntos en el último partido contra Gernika. Además, IDK Euskotren cuenta con la polivalencia de la ex Araski **Joy Brown** en el perímetro.

Y en la zona, IDK Euskotren cuenta con uno de los juegos interiores con más fuerza de la competición. **Mariam Coulibaly** es la referente del conjunto guipuzcoano tanto en ataque como en defensa. Por otro lado, Azu Muguruza cuenta con la experiencia de **Claudia Cuic** y la juventud de Alima Dembele y Cristina Soriano para reforzar el juego por dentro.

Con un balance de 9 victorias y 11 derrotas, IDK Euskotren llega al derbi vasco de Mendizorrotza con el objetivo de aumentar su racha ganadora y dar un paso más para meterse entre los mejores equipos de la Liga Femenina Endesa.



LA PORRA



*Ejemplo de regalo

GANA FANTÁSTICOS PREMIOS CON LA PORRA DE ARCA

Acierta la máxima anotadora del partido contra IDK y gana un premio.

Visita los perfiles sociales en **Twitter o Instagram de @Araski** y comenta quién será la jugadora con más puntos del partido. Participa antes del comienzo del encuentro.

Si aciertas o eres la persona que más se acerque al resultado final, **tendrás como regalo un irrigador eléctrico** cortesía de Clínica Dental Arca.

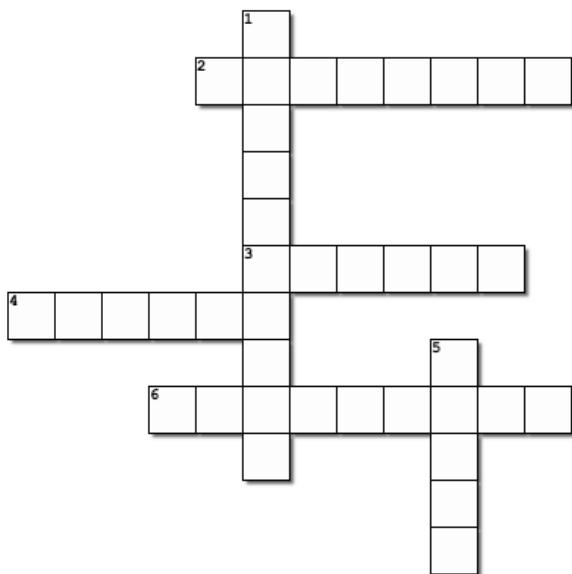


@araski



@araskiaes

PASATIEMPOS



CRUCIGRAMA

Vertical

1. ¿A qué deporte juega Araski?
5. ¿Qué pitarán los árbitros si das 3 pasos sin botar?

Horizontal

2. la mascota de Araski se llama....
3. ¿Cuántos cuartos hay en un partido de basket?
4. ¿Cómo se le llama a la canasta de 3 puntos?
6. Patrocinador principal de Araski

NO SALGAS DE CASA CON LOS OJOS TAPADOS



GRUPO SVC



¡PROTEJE TU HOGAR!

No corras riesgos innecesarios, garantiza la protección de tu casa:

Sistemas de seguridad
contra robo y atraco.

Sistemas de cámaras
de vigilancia.

Mantenimiento 24 horas.

Mantenimiento preventivo
de todos los sistemas.

Sistemas de
observación remota.

Sistema de transmisión
de imágenes vía red.

945 278 100

www.svcseguridad.com

Barratxi 8_01013_Vitoria-Gasteiz



Silken

HOTELES

Vive tu destino

Te acompañamos en cada uno de
tus viajes con 35 hoteles y 27 destinos

Baqueira-Beret
Barcelona
Bilbao
Burgos
Ciudad Real
Durango
Estepona
Gijón
Laguardia

Las Palmas de G.C.
Lekeitio
León
Lleida
Logroño
Madrid
Oviedo
Salamanca
San Sebastián

Santa Cruz de Tenerife
Santander
Sevilla
Torla-Ordesa
Valencia
Valladolid
Vigo
Vitoria
Zaragoza

www.hoteles-silken.com