

TimeOut

MADRID

#27

JUNIO 2020

TE LA
REGALAMOS
GRACIAS A
NUESTROS
ANUNCIANTES

**¿PRE
PARA
DOS?**

Os damos 21
motivos para
volver a llenar
de vida las calles
sin quitarnos
las mascarillas

TimeOut
MADRID



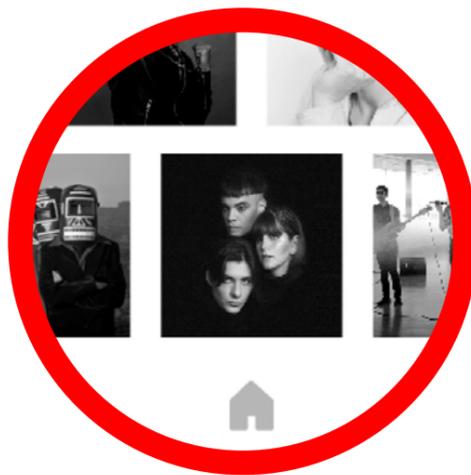


**100% INGREDIENTES NATURALES.
SIN SULFITOS AÑADIDOS, NI ADITIVOS, NI CONSERVANTES.
RECETA ORIGINAL DE 1876.**

Time In

Barra superior

Te lleva al comienzo de la sección en la que estás navegando.



Las fotos pequeñas

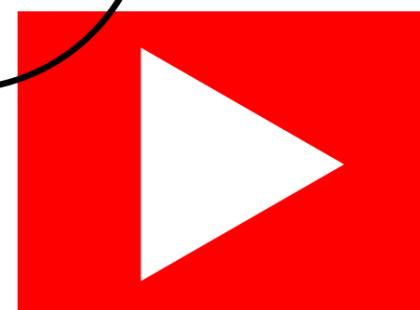
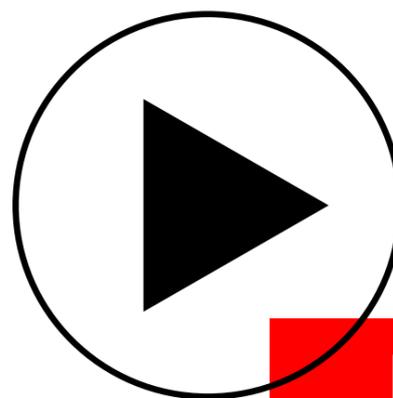
Cada imagen enlaza con su información dentro de cada apartado.

Modo de uso

7 consejos para sacarle el máximo partido a tu revista interactiva

Botones de play

¿Un videoclip, un tráiler, una canción? Tendrás que hacer clic para descubrirlo.



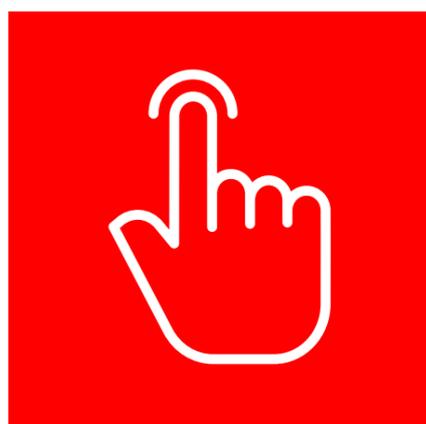
...mexico
Dogde de seg
de carretera, n
→ Más informac

Textos en color y negrita

Palabras y frases que incluyen un link para ampliar la información

¿Quieres más?

Consulta una web con más datos cada vez que veas este símbolo.



Para pasar página

Usa las flechas o simplemente desliza con tu dedo la pantalla.

Vuelve al sumario

Cada casita a pie de página te lleva al inicio.



Sumario

Junio 2020

Time In

Libros, música,
horóscopo...

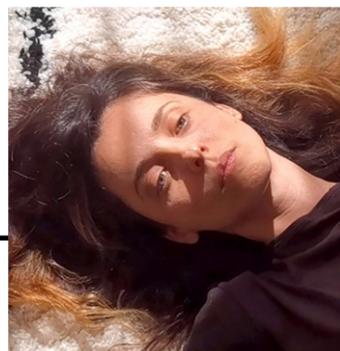


Reportajes

Lo mejor de
cada distrito

Comer

Delivery con
estrellas



Cine

Ficción
catastrófica

Música

Tiendas de
discos 'top'



Arte

Dentro de
los estudios

Teatro

Todo sobre la
danza 'online'



Qué hacer

Plantas y flores
para tu balcón

Tendencias

Los vestidos
más bonitos



Escapadas

La ruta de
los castillos



Es hora de volver

Marta Bac
Directora

Cojamos las mascarillas y volvamos a llenar de vida las calles y parques de la ciudad. Regresemos a esos comercios de barrio, a las peluquerías de toda la vida, a los restaurantes que han hecho un gran esfuerzo por adaptarse a los nuevos tiempos. De eso trata nuestra campaña #LoveLocal, y esa es la única manera de salir todos juntos de esta, sin dejar a nadie atrás. ¿Os faltan más motivos para salir? En este número encontraréis hasta 21.



*Estamos teletrabajando, nos puedes encontrar en timeout.es/madrid/es/teletrabajo

Consejero Ejecutivo Eduard Voltas | **Directora General de Negocio** Mabel Mas
Directora General de Finanzas Judit Sans | **City Manager** Nacho Alonso | **Directora** Marta Bac
Directora de Arte Judith Rial | **Redactor Jefe** Josep Lambies | **Redacción** Gorka Elorrieta, Noelia Santos | **Colaborador** Dani Cabezas **Publicidad** Elena Alarcón, Verónica Dávila, Laura Latorre | **Director de Operaciones Digitales** Àlex Martínez | **Directora de Soluciones Creativas y RRPP** Carlota Falcó | **Directora Comercial y Ecommerce** Aroa Cervantes | **Social Media Manager** Alba Abelló | **Redes sociales** Sabina Matesanz | **Diseño Publicitario** Marina Quer
Coordinadora de Branded Content Begoña García Carteron | **Responsable de Programática y AdOps Digitales** Henar Pérez | **CRM Especialista TOS** Quim Almansa | **Adjunta a la Dirección General de Negocio** Vanessa González | **Finanzas y Administración** Guillem Catena, Eduard Poch, Marta Tapia.

Edita Time Out Spain Media S.L es una sociedad de Time Out Group | **CEO Time Out Group** Julio Bruno | **Todos los derechos reservados. Esta revista no puede ser reproducida ni total ni parcialmente sin consentimiento del propietario. Tampoco puede ser transmitida por ningún medio o método, ya sea electrónico, mecánico o de otro tipo. La revista no se identifica necesariamente con las opiniones expresadas por sus colaboradores.**



CANCIÓN DE MADRID



Andar/ Cecilia

Es una canción que conozco desde siempre, pero hubo una temporada en que realmente la escuché muchísimo. Fue cuando empecé a vivir sola. Durante aquellos días también iba y volvía con frecuencia a Madrid, y la ciudad cada vez me iba gustando más. Se convirtió como en un ritual. La escucho habitualmente en el tren yendo o volviendo de la capital. Su letra me emociona especialmente mientras viajo.



Por **Amaia**



Time In

EN STREAMING

Sala Berlanga

A través del canal de YouTube de la Fundación SGAE podéis ver de forma gratuita algunos de los mejores conciertos de esta mítica sala.

Casa Blackie

Audiolibros, cursos de astronomía, talleres de poesía... desde Blackie Books nos hacen las horas en casa mucho más amenas gracias a este nuevo portal.

My Opera Player

Algunas de las mejores óperas del mundo ya han pasado por esta plataforma 'online' del Teatro Real. Próximamente, un plato fuerte, 'Nabucco' en la Arena de Verona.



HORÓSCOPO URBANO

Descubre qué edificio de Madrid te representa mejor según tu signo



↑ **ARIES**



↑ **TAURO**



↑ **GÉMINIS**



↑ **CÁNCER**



↑ **LEO**



↑ **VIRGO**



↑ **LIBRA**



↑ **ESCORPIO**



↑ **SAGITARIO**



↑ **CAPRICORNIO**



↑ **ACUARIO**



↑ **PISCIS**

ILUSTRACIONES DABID PASCUAL



EVASIÓN Y HECHIZO



↑ BOSQUES DE ESPAÑA

Del cuco al maullido del lince ibérico. Toda la vibrante y rica poesía forestal espléndidamente contextualizada. Mitad lectura, mitad sueño. Cálzate tus mejores auriculares.

→ [Cómpralo aquí.](#)

↑ AMERICAN SURFACES

40 fotos inéditas se suman a la edición revisada de esta icónica e influyente serie documental. EE.UU. a través de la mirada de Stephen Shore, tan lúcida como cautivadora.

→ [Cómpralo aquí.](#)



PREMIOS TIME IN

Damos las gracias a las mejores
iniciativas de esta cuarentena



VOTA AQUÍ

TimeOut
in



21

razones

**PARA
VOLVER
A SALIR**

Revivamos
la ciudad, con
mascarillas
y distancia de
seguridad



DE SU PEQUEÑO COLMADO TE LLEVARÍAS TODO



01 Arganzuela. El sándwich de tres quesos con chutney de piña y habanero deberían recetarlos para todos los paseantes de esta orilla de Madrid Río. María y Ros os lo preparan para llevar en **Dot**. Con un café de especialidad vas feliz.

→ Eugenio Sellés, 6. M: Legazpi.



02 Centro. Después de más de dos meses de parón, los tres museos del Triángulo del Arte vuelven a abrir puertas. Vamos, Velázquez, Picasso, Klee... nos esperan.
→ Paseo del Prado. M: Estación del Arte.



03 Retiro. Que la nostalgia por no poder recorrer los puestos de la Feria del Libro no os impida disfrutar del paseo de coches del Parque del Retiro.
→ Plaza de la Independencia, 7. M: Retiro.

04 Salamanca. Saciemos nuestras ganas de volver a disfrutar del arte con el Museo de Escultura al Aire Libre de la Castellana. Obras de Chillida, Miró...
→ Pº de la Castellana, 40. M: Rubén Darío.

05 Carabanchel. En **Casa Enriqueta**, un local con solera (y amplia terraza), podréis probar la mejor casquería de todo el distrito.
→ Gral. Ricardos, 19. M: Marqués de Vadillo.



EL TIEMPO PASA, PERO BORONDO SIGUE AHÍ



INTERMEDIAE

06 Tetuán. ¿Quién dijo que el arte urbano solo existe en los muros del centro de la ciudad? Os invitamos a que busquéis en este barrio la huella de la iniciativa Paisaje Tetuán, con firmas como Borondo, San, E1000, Suso33, SpY...

→ Marqués de Viana, 48. M: Tetuán.





07 Chamberí. Si por el ambiente de las terrazas se midiera la vida en desescalada, la plaza de Olavide sería el termómetro más fiable. Hay ganas.
→ Pl. Olavide. M: Iglesia.

08 Hortaleza. Buen ejemplo de arquitectura industrial: de silo en el XIX a moderno espacio de exposiciones con mirador. Subid para ver la sierra, las Cuatro Torres...
→ Mar de las Antillas, 14. M: Pq. Santa María.



09 Moncloa-Aravaca. Aprovechad antes de que llegue el calor estival para contemplar (y oler) la rosaleda del Parque del Oeste en plena floración.
→ Rosaleda, 1. M: Argüelles.

10 Latina. Al **Mercado Tirso de Molina** iréis a por el pescado más fresco, pero también a tomar el vermú, saborear una cerveza artesana o a por comida vegana.
→ Doña Urraca, 15. M: Puerta del Ángel.





¿ENCONTRARÉIS LA ESCULTURA DEL OSO?

11 Chamartín. Casi cinco hectáreas para estirar las piernas tras meses confinados. El Parque de Berlín hace honor también a su nombre con tres piezas del histórico muro que se conservan en una fuente, grafitis de la época incluidos.

→ Av. de Ramón y Cajal, 2. M: Concha Espina.



12 Usera. La comunidad china levanta la persiana. Volvamos a sus calles para descubrir lo más auténtico en tiendas y restaurantes con 'take away'.

→ Alrededores de Dolores Barranco. M: Usera.

13 Puente de Vallecas. Varios premios avalan al cocido de la **Cruz Blanca**. Y con terraza. Eso sí es todo un alivio en época de fases y altas temperaturas.

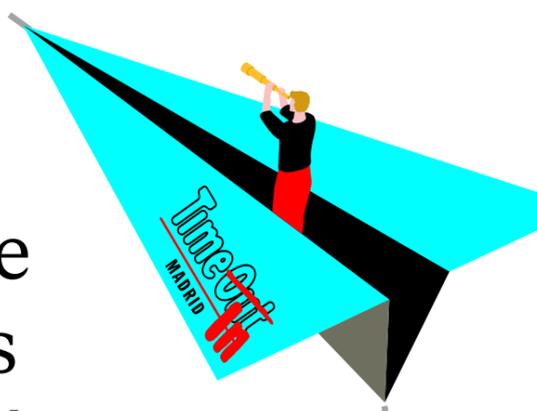
→ Carlos Martín Álvarez, 58. M: Portazgo.

14 Moratalaz. ¿Conoces este parque? La Cuña Verde es una de las grandes zonas verdes de Madrid. Y creciendo. Tendrá circuito 'skate', pistas de fútbol sala...

→ Avd. Dr. García Tapia, 125. M: Vinateros.

15 Ciudad Lineal. La terraza interior es el corazón de **El Bund** cuando llega el buen tiempo. A la sombra de sus nogales, los dim sum saben aún mejor.

→ Arturo Baldasano, 22. M: Arturo Soria.



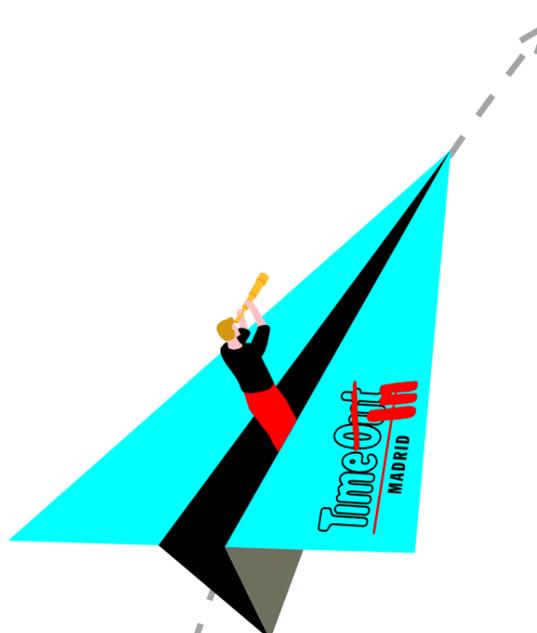
HACEN UN 50% DE DESCUENTO A SANITARIOS



16 Fuencarral-El Pardo. Con las máximas medidas de seguridad y proyectando el clásico 'Grease', así ha reabierto en la fase 1 el **Autocine Madrid Race**. Una de las formas más seguras sin duda de volver a disfrutar de una buena película.

→ Isla de Java, 2. M: Begoña.





17 Villaverde. De una fábrica de ascensores a un campus tecnológico, la transformación de la **Nave Boetticher** bien merece una visita.

→ Cifuentes, 5. M: Villaverde Bajo-Cruce.

18 Villa de Vallecas.

Todo aperitivo que se precie empieza en el puesto de **Bombas, lagartos y cohetes**. Llevan medio siglo con los encurtidos. No fallan.

→ Mercado Villa de Vallecas. M: V. de Vallecas.

19 Vicálvaro. Decenas de vecinos participaron en 'Compartiendo muros' de Boa Mistura. ¿Su lienzo? La tapia del CEIP Carmen Laforet.

→ Gran Vía del Este, s/n. M: San Cipriano.

20 Barajas. El Parque de El Capricho es uno de los jardines artísticos más bellos y cuidados de la capital. Solo abre los fines de semana. No os perdáis su búnker.

→ Pº Alameda de Osuna, 25. M: El Capricho.





EL PALACIO DEL SIGLO XVI NO ES VISITABLE

SHUTTERSTOCK

21 San Blas-Canillejas.

La Quinta de Torre Arias es tan idílica como su vecina Quinta de los Molinos, pero suele estar menos concurrida. Almendros, olivos, encinas, pinos, eucaliptos... dejaos embriagar por sus aromas.

→ Alcalá, 551. M: Torre Arias.



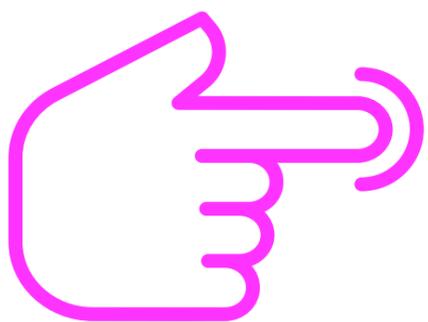
Tu franja horaria

melada



Elige formato y acondiciona el ritmo de tu paseo vespertino a las nuevas temperaturas. Por **Gorka Elorrieta**





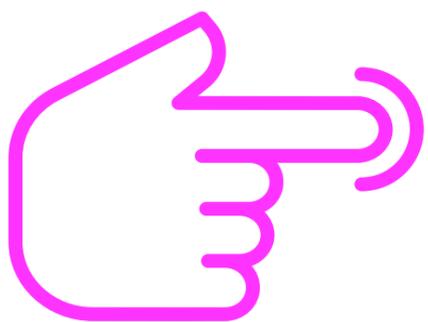
La Pecera

**PASAR UN
VERANO 'SOFT'**

Hasta la nueva normalidad y más allá, desplegarán a diario (18-22 h.) esa vitrina repleta de toppings para sus taiyakis. Rellénalos de cremoso helado de arándanos, caramelo salado, chocolate o vainilla. A falta de espetos, estos pececillos os teletransportarán a la playa.

→ **Velarde, 2.**





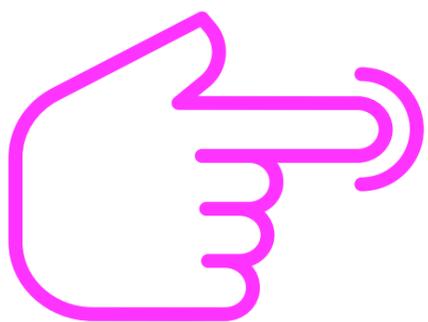
Lupita Paleta

LOS MÁS CHINGONES

¿Eres de flor de Jamaica o de tamarindo con chile? Además de una docena larga de sabores y varios kits 'take away', esta temporada llegan las nieves de garrafa. Concepto puramente mexicano, muy refrescante e ideal para mezclar con una bebida.

→ Toledo, 81.





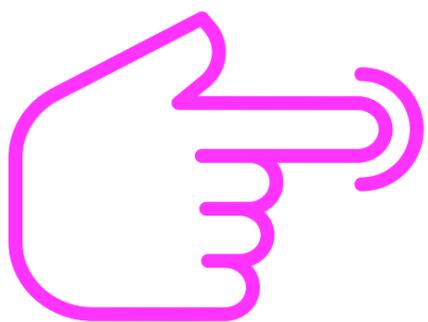
Maison Glacée

**BARQUILLO HECHO
AL MOMENTO**

Ante la creciente demanda, Ricardo Vélez ha creado una nueva imagen y redoblado su apuesta. Tenemos otro espacio para ver cómo convierte fruta fresca y leche eco en adictivos sabores: tarta de limón; mango y jerez; pan, AOVE y chocolate...

→ Alcalá, 77.
Ibiza, 42.





Zúccaru

LA ALEGRÍA
DE MANCHARSE

Durante el confinamiento, Juan y Rossana idearon un pack de cannoli sicilianos para llevar que convertía toda sobremesa doméstica en una fiesta. Pero ya han abierto y no podemos esperar más fases para pedir su brioche de helado, con nata y crema de pistacho.

→ Vergara, 16.
Palafox, 20.



Ofertas para saborear

Descuentos irresistibles en seis restaurantes de la ciudad con servicio 'take away' o a domicilio



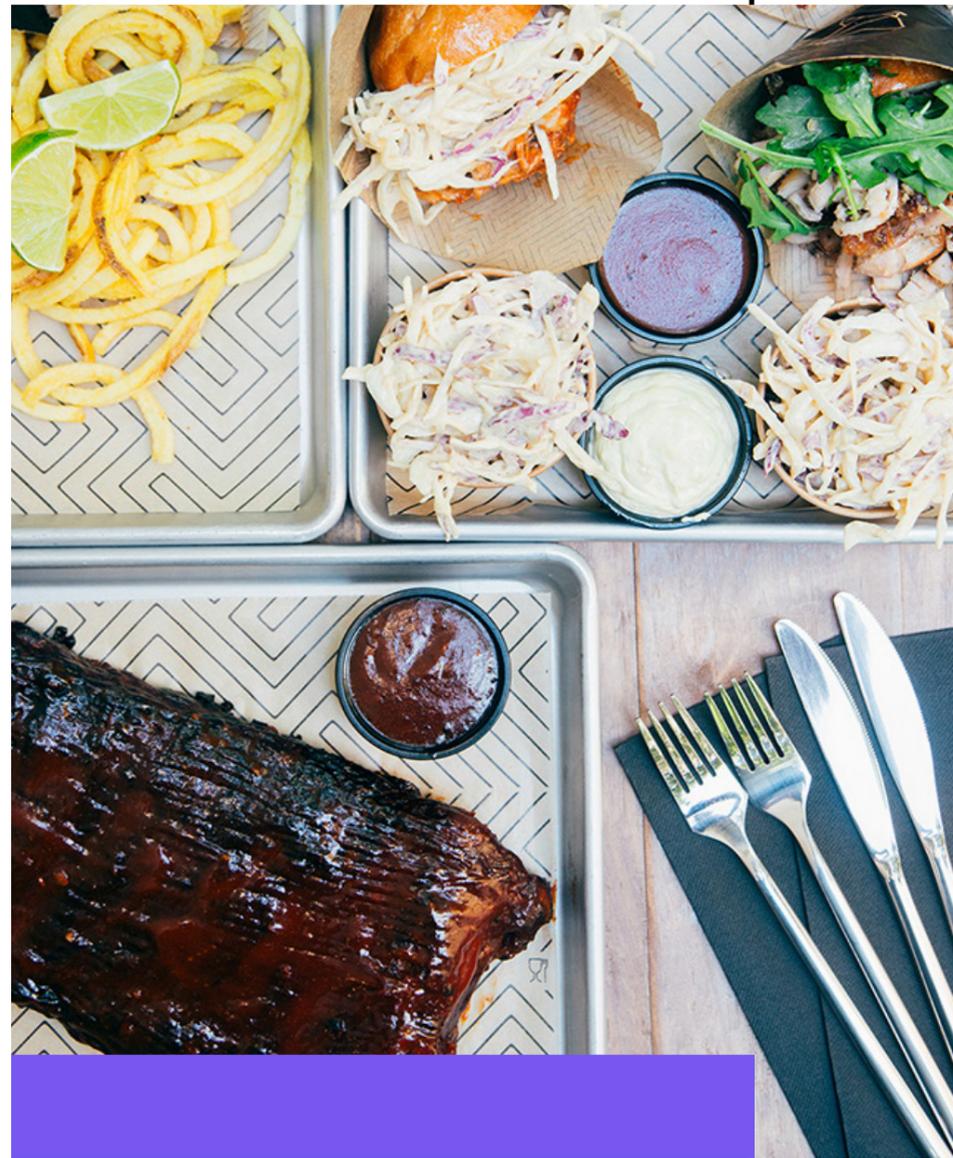
***Ofertas válidas durante junio de 2020.
Un único uso por persona.**



Los Costilla →

A caballo entre la cocina italiana y la americana, sirve sánduches deliciosos. Al pedirlos en 'take away' por teléfono os reglarán un postre (Oreo crispy o sánduche helado).

→ [@loscostillaes](#)



← Tuk Tuk

Los apasionados del 'street food' asiático podréis hacer un viaje gastronómico de lujo con un 20% de descuento en la comida para llevar que pidáis en cuatro de los locales que tienen en Madrid.

→ [@tuktuksinjetlag](#)





← **Honest Greens**

Con una propuesta gastronómica basada en productos de temporada, ofrece un 50% de descuento en el primer pedido que se realice a través de su nueva aplicación.

→ [@honestgreens](#)

Juanchi's Burger →

Aquí podréis probar hamburguesas al más puro estilo americano. Con un pedido para recoger en el local de dos 'burgers' y un entrante os regalan una botella de vino.

→ [@juanchisburgers.es](#)



Casa Mestiza →

Si os gusta la comida venezolana, comprando en los cuatro locales de Madrid de esta tienda gastronómica podréis disfrutar de un 2x1 en arepas.

→ [@casamestiza.es](https://casamestiza.es)



← Davanti Restaurante

Este italiano de Chueca honra la gastronomía italiana y la 'pasta fatta in casa'. Por un pedido de más de 30 € que hagáis por teléfono os regalan una botella de vino.

→ [@davantirestaurante](https://davantirestaurante)



Comer

Por **Gorka Elorrieta**

Rodrigo de la Calle



Dabiz Muñoz



Mario Sandoval



Roberto Ruiz



Más cerca de las estrellas

La alta gastronomía baja a tu mesa
en su giro y conversión al delivery





GOXO

Los cerdos sí vuelan

Vuestras papilas van a divertirse mucho con el “gochismo ilustrado” que Dabiz Muñoz se ha sacado de la manga estas semanas. Han avisado de que irán poco a poco (con la carta y los pedidos) pero en los primeros platos y el cóctel que han ideado ya palpita la esencia del universo XO. Es leer gnocchis con boloñesa de chorizo de León ahumado y crema de mandarina antigua y empezar a salivar.

→ [Haz tu pedido aquí.](#)





COQUETTOGO

Pon el mantel fino

Sí, su legendario cochinitillo de lechón lacado (pedido con 24 h. de antelación) está entre las impecables traducciones a domicilio de su recetario. Y la carrillera estofada. Y el puré de patata. Mario Sandoval jibariza y adapta toda la distinción de la casa y su magnífica selección vinícola encumbra un banquete que os llegará en bicicleta o coche eléctrico. Sostenibilidad y primera clase.

→ [Haz tu pedido aquí.](#)





MX DE ROBERTO RUIZ

Desescala y enchila

Da igual en qué fase nos encontremos. Este pedido siempre levanta el ánimo. Sea por sus totopos caseros, las tres listas de Spotify que acompañan la comanda o su mezcaliña (no os saltéis la creciente versión líquida), el envío de tan ilustre mexicano es puro gozo. Lavaos bien las manos y preparad cada taco (proponen varias opciones; vegana incluida) a vuestro gusto y nivel de picante.

→ [Haz tu pedido aquí.](#)





VERDELIVERY

Regreso a las raíces

Rodrigo de la Calle se arremangó y diseñó una carta totalmente nueva. Y le ha salido una succulenta y saludable combinación de sus mejores armas: la pasión arrocerá (la oferta crece los fines pero solo para recoger) y su cosmogonía vegetal, desde espárragos con mayonesa de codium a ceviche de hortalizas.

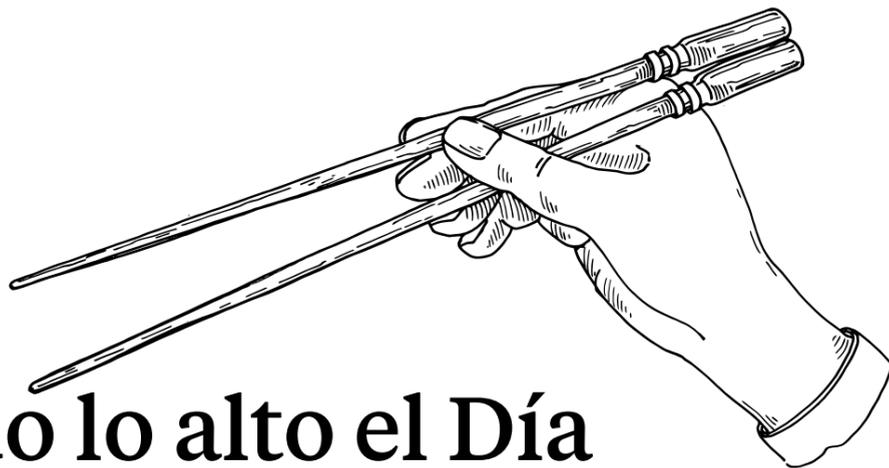
→ [Haz tu pedido aquí.](#)



Mira
la lista
completa



Oishiii!



Celebra por todo lo alto el Día Internacional del Sushi (18 de junio)

Umiko

Hits de la casa y algún plato nuevo cada dos semanas. Planifica tu homenaje con tiempo. Son 12 pedidos por servicio (jueves a sábado).

→ [Encárgalo aquí](#)



JOSÉ ALCAIDE



Yokaloka

Vas a querer una bandeja ilimitada de sashimi y/o makis, pero deja sitio para la novedad: el kit de su espléndido ramen tonkotsu.

→ [Encárgalo aquí](#)



Kappo

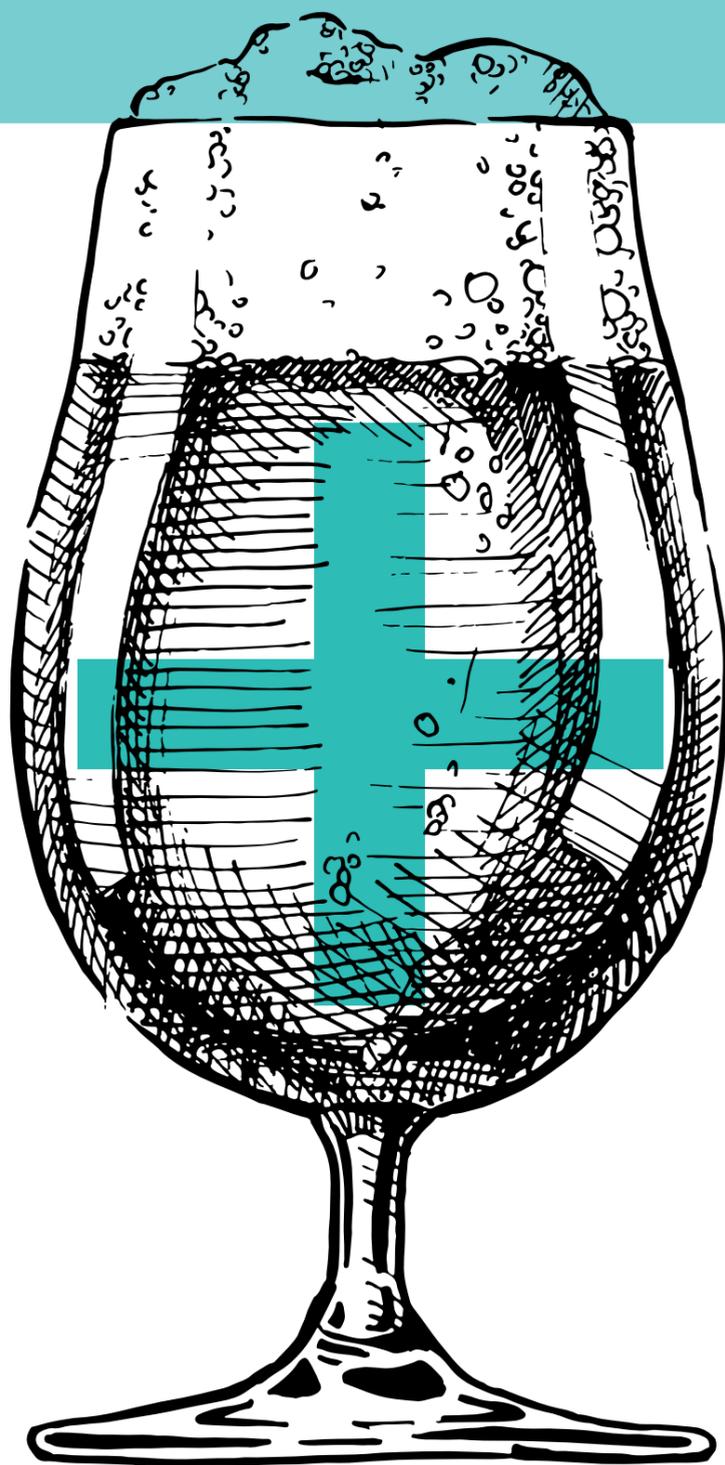
Se pierde la barra pero la destreza de Mario Payán y la calidad del producto siguen intactas. ¿Nigiri de gamba y piparra para abrir el festín?

→ [Encárgalo aquí](#)



Beber

Por **Gorka Elorrieta**



Lúpulo y compromiso

Limitadas, conmemorativas,
solidarias, madrileñas ¡y artesanas!

SHUTTERSTOCK



LA QUINCE La unión hace la fuerza

Su afición por los cómics y la película de ciencia ficción que trajo

la pandemia sirvió para ilustrar una serie de cervezas a partir de subestilos IPA. Buscaban homenajear a quienes nos han protegido estas semanas y, a la vez, hacer descuentos con los barriles de esta edición limitada entre sus clientes hosteleros. Aún les quedan algunas en stock. Es hora de superlupularse, amigos.

→ [Puedes comprarlas aquí.](#)



Beber

LA VIRGEN

Recuerdo estilo pilsner

Habéis aplaudido durante semanas a los sanitarios y ahora que el

ánimo está decayendo vienen los chicos de La Virgen a grabar para siempre ese momento de comunión y agradecimiento en una etiqueta. Cada euro recaudado por esta Dry Hopped, que regresará a su catálogo anualmente entre abril y mayo, irá destinado a programas de lucha contra el virus. Para brindar a las 20 h.

→ Puedes comprarla aquí a partir del 30 mayo.



OSO BREW CO. Craft contra Covid

Dos británicos, apasionados de Madrid tras un Erasmus, deciden instalarse aquí, abrir un bar y elaborar sus propias cervezas. Tal es su apego a la ciudad que no han dudado en donar el 50% del dinero que vale la caja de 12 latas que combina sus Citrus Cream Ale y su Porter a Fundación Raíces. También el 15% de lo que sacan de su Madrid Mixed, pack con cerveceros amigos.

→ Puedes comprarlas aquí.



Cine y series

Por Marta Bac



Ficción ad hoc

Las series de junio en las que una pandemia parece lo de menos





JACQUES MEZGER

The Head

Claustrofobia, frío, suspense... podríamos estar hablando de estos meses de confinamiento, pero no. Es la trama de estos seis episodios de 50 minutos que os trasladarán a la gélida Antártida, concretamente a la estación Polaris VI, donde científicos que investigan el cambio climático han desaparecido o han sido asesinados. Una producción hispanoasiática, con diálogos en inglés, danés y sueco y con Álvaro Morte ('La casa de papel') en el reparto.

→ Disponible en Orange TV a partir del 12 de junio.





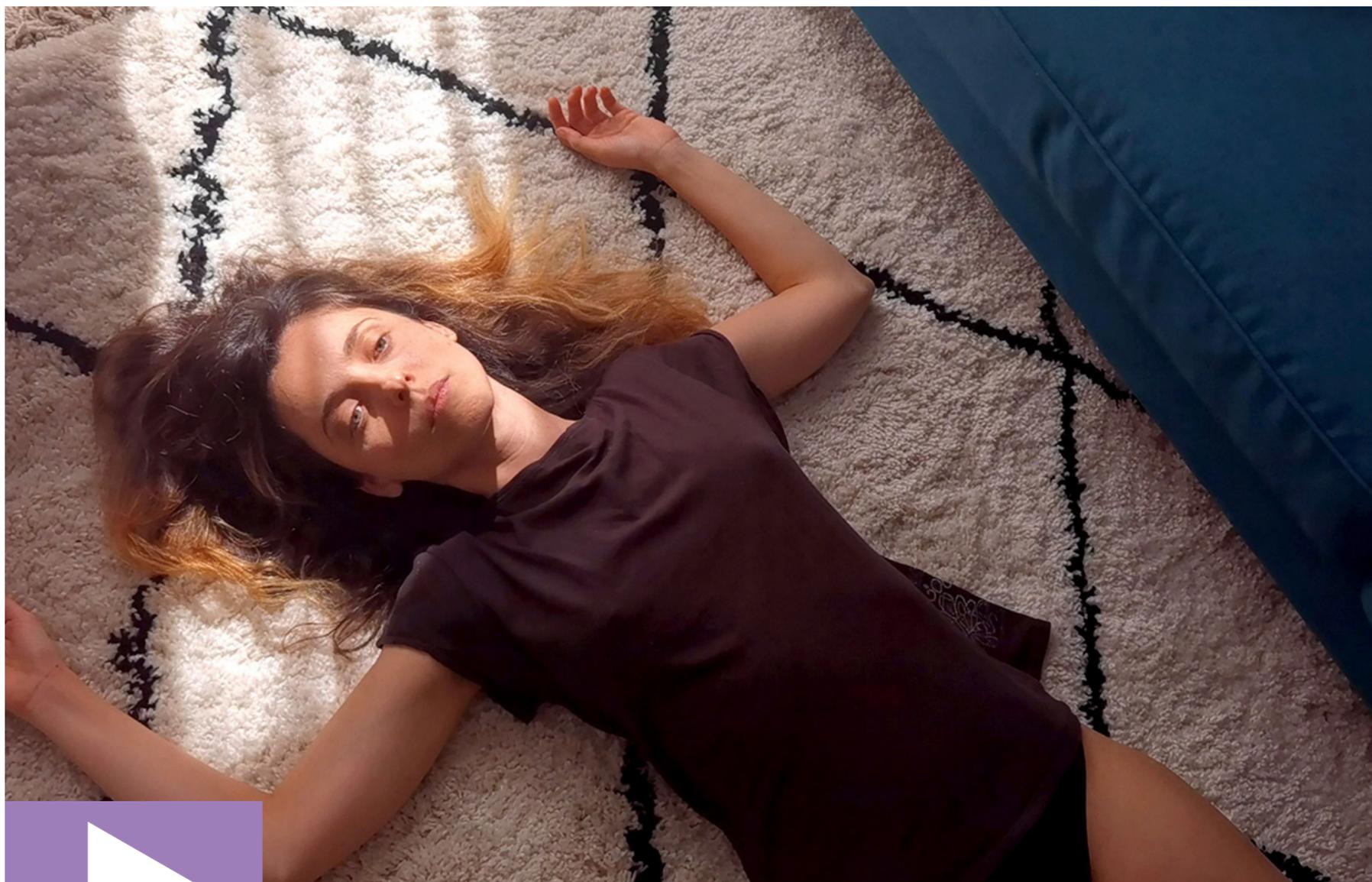
DIYAH PERA/THE CW

Los 100

En un futuro que cada vez parece menos distópico, y tras la destrucción del planeta por un apocalipsis nuclear, cien jóvenes delincuentes son elegidos para dejar la estación espacial gracias a la que han sobrevivido y regresar a la Tierra. Cuál es su sorpresa cuando descubren que hubo supervivientes, y que no les harán nada fácil su existencia. La serie se despide con esta séptima temporada llena de esperados reencuentros y vibrantes batallas.

→ Disponible en Syfy a partir del 15 de junio.





HBO

En casa

Esta serie sí ha sido creada específicamente en estos tiempos de confinamiento. Son cinco episodios dirigidos por Leticia Dolera, Rodrigo Sorogoyen, Paula Ortiz, Carlos Marqués-Marcet y Elena Martín que han grabado cumpliendo con las normas del estado de alarma, solo con un móvil, en sus propios hogares, sin ningún reparto (a excepción de las personas con las que conviven) y en apenas unas semanas. Cinco versiones diferentes de una etapa histórica.

→ Disponible en HBO a partir del 3 de junio.





JOJO WHILDEN/NETFLIX

Dark

Apuntad esta fecha: 27 de junio de 2020. Es el día en que llega el apocalipsis en esta serie, considerada como la mejor de todo el catálogo de Netflix. Viajes en el tiempo, conspiraciones, una trama trepidante... si nos os ha enganchado ya seguro que esta tercera y última temporada lo consigue. Netflix ya ha anunciado oficialmente su fecha de estreno, que será el mismo que el día del fin del mundo en la ficción

→ Disponible en Netflix a partir del 27 de junio.



Música

Por **Dani Cabezas**

Larga vida al vinilo

Nos sumamos al Record Store Day
para salvar las tiendas de discos





Cuervo Store

Inaugurada en 2010, se ha convertido en un 'must' de Malasaña. Cuervo Store vende discos de vinilo, pero también ropa y complementos. El local alberga, además, un sello discográfico y un estudio de grabación. Y si cruzas sus puertas, tan pronto te puedes encontrar con una exposición como con un concierto (los que organizan con motivo del Record Store Day son memorables). Todo, con el rock como denominador común.

→ [Más información aquí.](#)





Bajoelvolcán

Jazz, rock, folk, heavy, hip-hop, indie... En Bajoelvolcán tienen cabida prácticamente todos los estilos, tanto en discos de primera mano como usados. Si lo tuyo es la lectura, cuenta también con una librería especializada en música, cine y narrativa. Y si lo que te va es el cine, su selección de DVD es simplemente exquisita. Bajoelvolcán es uno de los principales puntos de encuentro para los melómanos de Lavapiés, y es por algo.

→ [Más información aquí.](#)



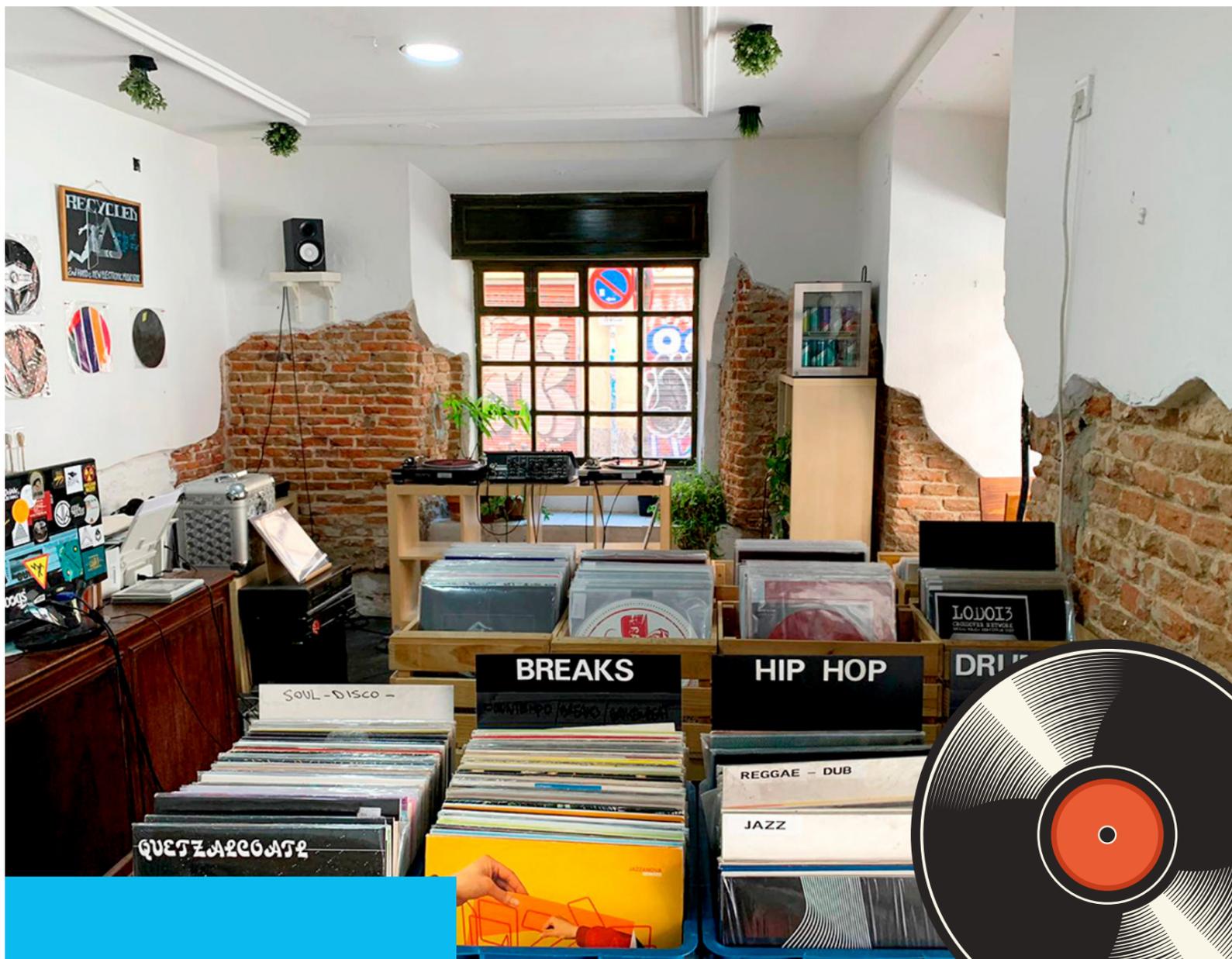


Discos La Metrallera

Un clásico entre los clásicos. La meca por excelencia para los amantes de los discos de segunda mano y las rarezas más insospechadas en forma de álbum. Y un lugar en el que perderse durante horas rebuscando entre viejos vinilos de todos los estilos imaginables. Desde hace más de tres décadas, La Metrallera alberga más discos de los que pudiera soñar el más ambicioso de los coleccionistas.

→ [Más información aquí.](#)





Recycled Music Center

Los djs y aficionados a la música electrónica en general saben que tienen en Recycled Music Center un aliado de excepción. En pocos sitios como aquí podrán bucear entre un catálogo inmenso de referencias de segunda mano y, al mismo tiempo, mantenerse al tanto de las novedades más selectas. Techno, house, electro, minimal, experimental, down tempo... ¡todo lo que imaginas en materia de música electrónica está aquí!

→ [Más información aquí.](#)



CUARENTEMAS

SHUTTERSTOCK



1.

Los abrazos prohibidos

Solidaria y llena de artistas, la canción de Vetusta Morla es el 'hit' de la cuarentena.

→ [Escúchala aquí.](#)



2.

En casita

Bad Bunny perrea en este tema en colaboración con su novia Gabriela.

→ [Escúchala aquí.](#)

SHUTTERSTOCK



3.

Hay gente

Una canción de agradecimiento a los sanitarios creada por Kiko Veneno.

→ [Escúchala aquí.](#)





4.

Codo con codo

Si Jorge Drexler canta que “de esta saldremos todos juntos”, nosotros le creemos.

→ [Escúchala aquí.](#)



5.

Volveremos a brindar

La canción de Lucía Gil es una oda a la esperanza que se hizo viral en las redes.

→ [Escúchala aquí.](#)



MARCO
VOSEA

6.

Ta tudo bem

El grupo revelación del confinamiento, Stay Home, nos dicen que todo está bien con este tema en ‘portuñol’.

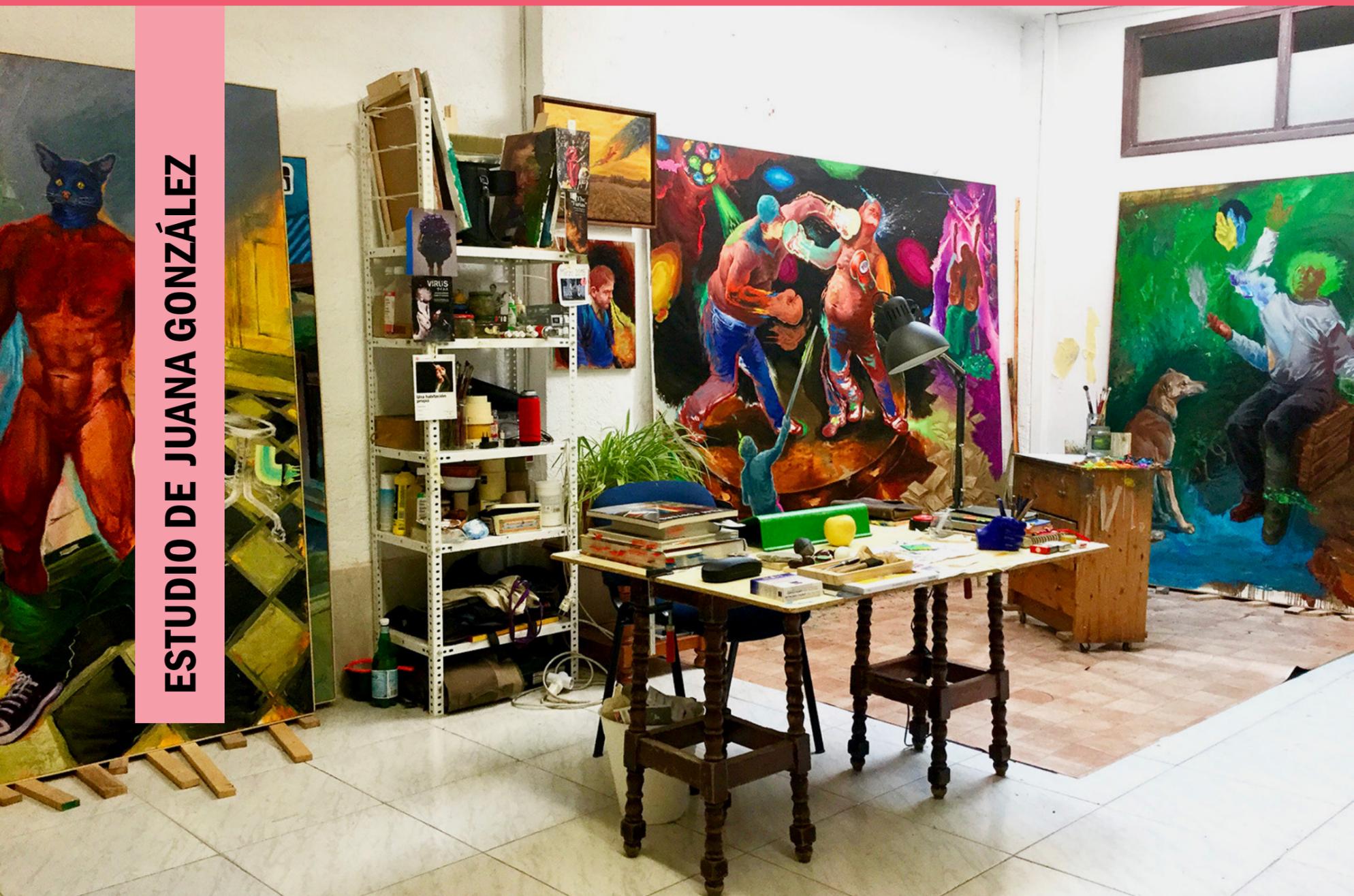
→ [Escúchala aquí.](#)

Aquí tienes el listado completo →



Arte

Por **Dani Cabezas**



ESTUDIO DE JUANA GONZÁLEZ

Estudios abiertos

Nos colamos en los talleres de
cuatro artistas madrileños





↑ Blanca Gracia

Del dibujo al vídeo, pasando por la instalación y las artes escénicas. Blanca Gracia toca disciplinas diversas y siempre inspiradoras. Paralelamente, trabaja con otros artistas en la producción de sonido, danza o vestuario. Ha recibido premios y becas como una residencia anual en Matadero o el Generaciones 2017.

→ [Más información sobre su obra aquí.](#)





↑ Manuel Franquelo

En la obra y el lenguaje de Franquelo Giner, hijo de artistas, tienen cabida todos los formatos imaginables: fotografía, instalaciones, pintura... A través de ellos, y con guiños casi distópicos a temáticas como la tecnología, plasma duras críticas a los peores excesos de la sociedad de consumo.

→ [Más información sobre su obra aquí.](#)





↑ Juana González

Esta artista bebe de influencias barrocas y surrealistas para crear dibujos y pinturas figurativas llenas de fuerza, en las que comparte un imaginario propio marcado por lo oscuro y lo grotesco. “Siempre intento mantener el misterio y crear estados de incertidumbre”, asegura. Lo consigue.

→ [Más información sobre su obra aquí.](#)





↑ Santiago Talavera

Aunque nació en Albacete, el polifacético Talavera lleva toda la vida en Madrid. Aquí tiene su estudio –concretamente en el barrio de Moratalaz– y aquí da forma a sus minuciosas e intrincadas obras, en las que reflexiona sobre la relación del ser humano con el planeta con una estética y un estilo únicos.

→ [Más información sobre su obra aquí.](#)



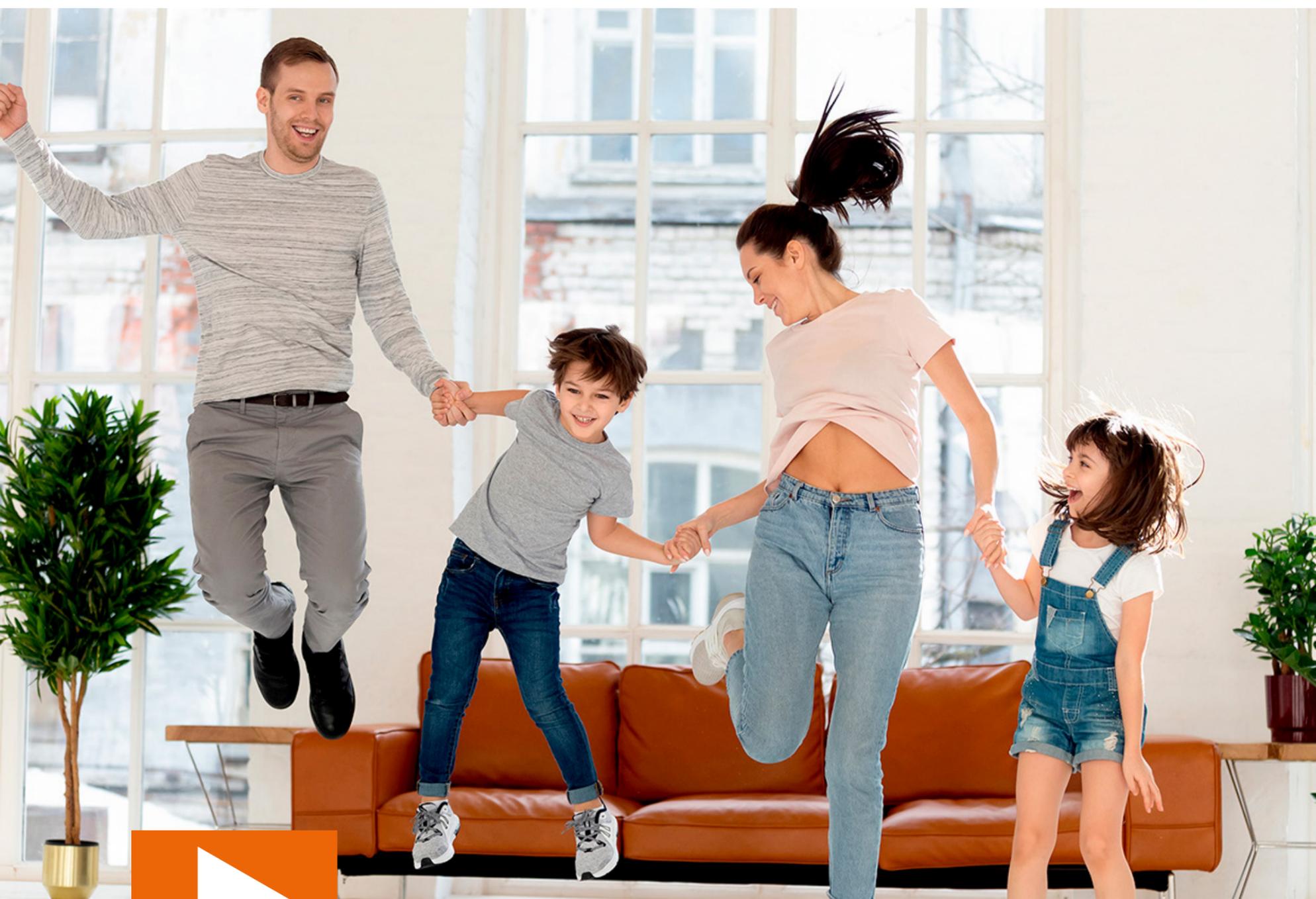
Teatro y danza

Por Marta Bac

¡Todos a bailar!

Elimina el estrés por el cambio
de fase a buen ritmo





SHUTTERSTOCK

EN FAMILIA

Una playlist sin edad

Olvidaos de los Cantajuegos, esta selección de música contemporánea para niños y niñas os va encantar. Se trata de una recopilación de temas que han sonado en los conciertos matinales infantiles de La Casa Encendida y que ahora podéis escuchar (y bailar) desde casa. De Chico Trópico a Jorge Drexler, ¡subid el volumen!

→ [Escucha aquí la lista de reproducción completa.](#)





JESÚS VALLINAS

CON TABLAS

Dejemos a los profesionales

Si sois más de admirar la danza que de practicarla, echad un vistazo al canal de YouTube del Ballet Nacional de España, que es un hervidero de contenido virtual en estos días de confinamiento. Podéis disfrutar de fragmentos de espectaculares obras, ensayos de la compañía y hasta clases de castañuelas.

→ [Visita aquí el canal de YouTube.](#)





PARA SUDAR

Adiós pijama, hola vaqueros

Entre tanta receta de bizcocho y pan, puede que salgamos de esta cuarentena con algún kilo extra, que notaréis sobre todo a la hora de volver a enfundaros los vaqueros y dejar atrás la ropa de estar por casa. En el canal de YouTube de Popsugar tenéis una lista solo con clases de baile para quemar calorías y pasarlo en grande.

→ [Mira aquí la lista de vídeos para bailar en casa.](#)





ANKA GUJABIDZE



DESDE EL SOFÁ 'Solo nos queda bailar'

Una de las mejores películas LGBTI del 2019 nos adentra también en el grupo de danza nacional de Georgia, del que forma parte Merab. Este joven bailarín ve como todo su mundo se tambalea con la llegada de Irakli, por el que pronto se sentirá atraído. Un film que una parte de la sociedad georgiana intentó boicotear.

→ Puedes verla en Filmin por 3,95 €.



Cosas que hacer

Por Gorka Elorrieta y Noelia Santos



El otro terraceo

Haz de tu balcón un refugio verde,
el arca de Noé de flores y plantas



Cosas que hacer



GERMINANDO

Volver a sentir la tierra

El 10 de junio, vía Zoom, han organizado un taller para que plantes por fin tu propio huerto en casa; con la inscripción incluyen un kit con todos los materiales necesarios. Pero si aún no tienes un espacio acondicionado o prefieres probar por tu cuenta, su tienda abre un mundo infinito de macetas, semillas y plantones eco, sustrato y humus de lombriz, herramientas y mesas de cultivo... Ve haciendo hueco en la nevera para tus lechugas porque engancha.

→ [Más información sobre sus proyectos aquí.](#)





MANUALES PRÁCTICOS

Satisfacción hecha fruto

Cultivar nunca fue tarea fácil. En pocos metros cuadrados y con la tierra justa, menos. Plagas y enfermedades aparte, las variables son muchas: el riego, la luz, los abonos... Estos dos libros no solo resuelven dudas, aclaran conceptos y ofrecen trucos valiosos sino que convierten la horticultura urbana en algo posible a pesar del espacio, accesible para cualquiera y, sobre todo, divertido. Consultad el calendario de siembra, empezad por lo más sencillo y no desesperéis.

→ Compra **Cómo construir...** y **Huerto urbano para...**





PLANTHAE

El lenguaje de las plantas

¿Tendrá falta de luz? ¿Necesitará más agua? ¿Y si echo fertilizante? Elena (que acaba de mudar su gabinete botánico a Santa Ana, 3) responde a todas las dudas en su curso de cuidados y reconocimiento de plantas (28 y 30 de mayo). Aprenderéis “qué son, cómo funcionan y qué les puede estar pasando”. ¿El truco? Mirar con atención y paciencia, porque “si hay algo que no les mola, las plantas toman sus propias decisiones”. ¿Queréis aprender a interpretarlas?

→ [Más información sobre cursos y talleres aquí.](#)





GARDEN BOURGIGNON

Del vivero a tu terraza

Si lo tuyo no es la paciencia, pero sueñas con que tu terraza se convierta en un jardín digno de aparecer en cualquier revista de decoración, lo que necesitas es un vivero de confianza para adquirir macetas de flores de temporada ya formadas. Con una llamada telefónica (y siempre que haya 'stock' disponible), mañana por la mañana podrías tener arbustos repletos de racimos de hortensias ya florecidas poniendo la nota de color en tu terraza.

→ [Haz tu pedido aquí.](#)



Tendencias

Por Noelia Santos

COLMADO



Operación

verano

El calor está a puntito de llegar.
Que no te pille sin el vestido adecuado



COLMADO

Cruzado

El 'wrap dress' es como un vestido negro, un fondo de armario que no debería faltar, y mucho menos en verano. Este modelo atemporal lo trae Colmado (directos desde Barcelona al barrio de Las Letras). Os enamorarán sus prendas de diseño independiente.

→ Puedes comprarlo aquí por 139 €.





MISERIA

Kimono

Si por algo gusta el satén en verano es por su ligereza y su textura fluida. Pero no es solo cuestión de tejidos: esta es una prenda única y con mucha personalidad y, como todo lo que hay en Miseria, ha sido confeccionada según su manifiesto ético. Y eso nos gusta.

→ Puedes comprarlo aquí por 79 €.



SMILE

Camisero

La ropa bien escogida tiene la capacidad de mejorar el estado de ánimo. Y si viene con una etiqueta en la que pone 'sonrisa', el resultado es obvio. Sucede con esta firma madrileña, que diseña vestidos desenfadados "para gente feliz" y en ediciones limitadas.

→ Puedes comprarlo aquí por 74,90 €.





WILD PONY Canalé

Quizá sea por su color pastel, por su manga francesa abullonada, por su escote cuadrado, por su cintura alta o por ese tejido que recuerda al canalé, pero no negaréis que este vestido no es pura nostalgia veraniega. Eso, o que son muchas nuestras ganas de solsticio.

→ Puedes comprarlo aquí por 53 €.



Más vestidos para disfrutar del verano





La estética 'chunky sneaker' define a la firma, pero lo mejor está en el interior

NOS INSPIRA

The Cut Project

Es la nueva firma madrileña de calzado de diseño 'slow' e inspiración contemporánea

Todo empezó hace pocos meses con tres modelos de calzado deportivo, muy urbano, contemporáneo y retro futurista (mirad su modelo Pilgrim). Y ahora, a solo unos días de que llegue el verano, presentan su nueva locura: una versión de la clásica sandalia romana. Etruria comparte con sus →



Tendencias



ANTONIO Y LORENA, SOCIOS FUNDADORES

hermanos mayores precio (189,95€), suela de 'chunky sneaker' y filosofía de marca. Esta firma de calzado femenino de diseño, de Madrid, apuesta por un desarrollo sostenible (unidades muy limitadas), los procesos de fabricación local ("hechos en el vecindario es nuestro lema", apunta su fundador) y la calidad de los materiales (tejidos reciclados y piel vegana de curtición vegetal). Llegan pisando fuerte.

→ ¿Queréis saber más? Aquí toda la información.



Escapadas

Por Noelia Santos



Esta ruta (no) es una ruina

20 castillos, la mayoría de ellos abandonados, salpican la Comunidad. ¿Y si empezamos visitando cuatro?

SHUTTERSTOCK





SHUTTERSTOCK

↑ **Manzanares El Real** **CASTILLO DEL DUQUE DEL INFANTADO**

Es uno de los pocos castillos madrileños que se puede visitar casi íntegramente. Y recorrer sus galerías subterráneas, caminar por los adarves de sus murallas, descender por una escalera de caracol y asomarse desde sus almenas a La Pedriza, natural telón de fondo de esta joya de la arquitectura madrileña que tras seis siglos (y una intensa rehabilitación) sigue en pie.

→ **Más información de la ruta aquí.**





SALVADOR GARCÍA NAVARRO

↑ **Chinchón**

CASTILLO DE CASASOLA

Mimetizado en el entorno, sobre un alto a orillas del Tajuña y visible desde la carretera de Titulcia a Chinchón. No es de piedra sino de yeso, material frágil pero abundante, y quizá lo único que tenía a mano su propietario, un terrateniente que se atrevió a levantar un castillo (privilegio solo de señorío). Hoy es casa rural, y alojarse en ella es la única forma de contemplarlo de cerca.

→ **Más información de la ruta aquí.**





SHUTTERSTOCK

↑ **San Martín de Valdeiglesias** **CASTILLO DE LA CORACERA**

Si pertenecieras a la alta sociedad del siglo XV, tu casa podría ser idéntica a esta residencia señorial: de planta cuadrada con una torre en cada esquina y dos cinturones defensivos. El extra son las vistas a la sierra de Gredos. Visitarlo supone un excelente punto de partida para conocer algunas de las bodegas de la localidad o el conjunto escultórico de los Toros de Guisando.

→ **Más información de la ruta aquí.**





↑ **Alameda de Osuna** **CASTILLO DEL CONDE DE BARAJAS**

El único castillo al que puedes llegar en metro. Y no se trata de una ruina trasladada desde otra ubicación. Esta fortaleza señorial, olvidada a su suerte bajo sus propios escombros (que todavía ocultan la parte más interesante de su recinto monumental) hasta que fue rescatada por Patrimonio de la Comunidad, siempre ha estado ahí. Los adosados y pisos que la rodean, no.

→ **Más información de la ruta aquí.**



¿TODAVÍA NO TE HAS SUSCRITO?

¡Apúntate **aquí** y recibe gratis
la Time In Pocket cada mes!



TimeOut
MADRID