



# FIORDOS DE SUNNMØRE, NORUEGA

**Esquí de montaña**

**muntania**  
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación .....	1
2	El destino.....	2
3	Datos básicos .....	2
3.1	Nivel físico y técnico requerido para este viaje.....	3
4	Programa.....	4
4.1	Programa resumen.....	4
4.2	Programa detallado .....	5
5	Precio. Incluye/No incluye .....	6
5.1	Incluye .....	6
5.2	No incluye.....	7
6	Más información .....	7
7	Puntos fuertes.....	11
8	Otros viajes similares .....	11
9	Contacto.....	11

## 1 Presentación

Esquí de montaña en los **Alpes de Sunnmøre**, Noruega. ¡Donde las montañas se lanzan al mar!

Imagina deslizarte sobre la nieve con el océano a tus pies, rodeado de picos escarpados que se alcanzan directamente desde las profundidades de los fiordos. Así es esquiar en los **Alpes de Sunnmøre**, uno de los secretos mejor guardados de Noruega para el esquí de montaña.

Situado entre las encantadoras ciudades de **Ålesund y Volda**, a unos 500 km al norte de **Oslo**, este rincón del país ofrece un terreno salvaje y espectacular, con **montañas abruptas que emergen directamente del mar**. Aunque para los noruegos es un destino bien conocido y valorado, sigue siendo un auténtico tesoro oculto para la mayoría de los **esquiadores de montaña internacionales**.

Te proponemos una experiencia de **6 días de esquí de montaña** en este entorno único. Cada jornada ascenderemos entre 1.000 y 1.500 metros de desnivel, explorando itinerarios que combinan soledad y paisajes sobrecogedores. Desde las cimas, el contraste entre la nieve blanca, los picos afilados y el azul profundo de los fiordos crea una visión simplemente inolvidable.

Este viaje está pensado para **esquiadores de montaña** que desean seguir explorando con sus tablas preciosas montañas.

## 2 El destino

**Sunnmøre** es una región situada en el suroeste del condado de **Møre og Romsdal**, en la costa oeste de **Noruega**. Esta zona es célebre por su combinación dramática de fiordos profundos, picos afilados y vastas extensiones de naturaleza virgen, lo que la convierte en uno de los destinos más espectaculares para el esquí de montaña en **Escandinavia**.

Los fiordos como el **Hjørundfjord**, el **Storfjord** y el **Geirangerfjord** (este último, **Patrimonio Mundial de la UNESCO**) se adentran profundamente en el terreno montañoso, creando un paisaje de contrastes abruptos entre mar y montaña. Desde muchas cimas, es posible ver cómo los picos nevados caen casi directamente al mar.

El terreno de **Sunnmøre** se caracteriza geológicamente por la abundancia de rocas muy antiguas y resistentes a la erosión. Las montañas están formadas en su mayoría por **rocas metamórficas** como **gneis** y **esquistos**, parte del antiguo **escudo báltico**, que data de hace más de mil millones de años. Estas formaciones han sido esculpidas durante millones de años por procesos **glaciales**, dejando **valles en forma de U**, crestas afiladas, y morrenas, que contribuyen a un terreno variado y técnico, ideal para el esquí de travesía avanzado.

**Sunnmøre** tiene una fuerte herencia marítima y agrícola, con pequeñas aldeas pesqueras y granjas tradicionales en las laderas. El sentido de comunidad es fuerte, y el respeto por la naturaleza y la autosuficiencia están muy arraigados en la cultura local.

Ciudades como **Ålesund** (el principal centro urbano de la región) ofrecen una arquitectura única de estilo art nouveau y sirven como puerta de entrada para los aventureros que se dirigen hacia las montañas. La cultura noruega del "friluftsliv" (vida al aire libre) se vive intensamente aquí, con una población habituada a los deportes de montaña y un fuerte vínculo con el entorno natural.

El aeropuerto más cercano es el de **Ålesund (AES)**, con conexiones a **Oslo** y otras ciudades europeas.

## 3 Datos básicos

Destino: Sunnmøre, Noruega.

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: B. Nivel técnico: B.

Duración: 8 días (6 días de actividad).

Época: De mediados de febrero a inicios de mayo.

Grupo mínimo-máximo: 5-7 personas.

### 3.1 Nivel físico y técnico requerido para este viaje

Nivel físico requerido para esta actividad	
<b>A</b>	Forma física normal, practica deporte de vez en cuando Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 800 m
<b>B</b>	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos. Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
<b>C</b>	Forma física muy buena. Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

#### Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El ritmo de progresión se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

Nivel técnico requerido para esta actividad		
<b>A</b>	EM/S1-S2	Sin experiencia o con poca experiencia en esquí de montaña que, aunque bajan en paralelo en pista tienen dificultades en los descensos fuera de pista
<b>B</b>	EB/S2-S3	Ya iniciados con dominio del paralelo en pendientes de hasta 35°
<b>C</b>	EB-EMB BAJO/S4	Con experiencia, esquián en cualquier pendiente no extrema (hasta 35°-40°) mediante distintas técnicas de descenso
<b>D</b>	EMB/S4-S5	Con experiencia que esquián en cualquier pendiente (hasta 45°) dominando el salto de colas

#### Algunas aclaraciones del nivel técnico requerido para esta actividad.

En la mayoría de nuestras actividades es necesario tener un nivel B. EB/S2-S3.

La letra del nivel físico no coincide con la letra del nivel técnico.

Experiencia previa en esquí de montaña. Menos que se indique lo contrario, en todas las actividades es necesario tener experiencia previa. Además, según el itinerario, se indicará la obligación de tener experiencia de algún tipo de actividad parecida.

Únicamente salidas destinadas a tener un bautismo en esquí de montaña o cursos de iniciación al esquí de montaña no serán necesario experiencia previa.

Siempre es necesario tener experiencia en esquí de pista y dominar el paralelo en cualquier tipo de pendiente en una estación menos que se indique lo contrario.

Escala Blachère según el nivel técnico del esquiador	
<b>EM</b>	Esquiador medio que se desenvuelva por pendientes moderadas y amplias de hasta 25°
<b>EB</b>	Buen esquiador, capaz de afrontar pendientes de 30°-35° y nieves difíciles
<b>EMB</b>	Muy buen esquiador, hasta en pendientes de 40-45°, con pasos expuestos y nieves de todo tipo
<b>EE</b>	Esquiador excelente: capaz de afrontar pendientes de hasta 50°, con pasajes obligatorios algo expuestos y con nieves de todo tipo

EX	Esquiador extremo, capaz de afrontar pendientes de más 50º, con pasajes obligatorios muy expuestos y con nieves de todo tipo
----	--

	Escala Traynard
S1	Terrenos poco inclinados con facilidad para el giro. Zonas muy adecuadas para la iniciación en el fuera de pista
S2	Terrenos poco inclinados o moderada inclinación (hasta 25º) pero con amplitud para el giro y sin obstáculos.
S3	Pendiente moderada (hasta 35º). Sin dificultad en todo tipo de nieve. Descensos que se pueden considerar accesibles a esquiadores buenos o muy buenos
S4	Pendiente mantenida superior hasta 45º en terreno con poca exposición y entre 35º-40º en terreno expuesto, estrecho y obligado.
S5	Pendientes muy fuertes, inclinación superior a los 45º-50º, terreno muy obligado y con exposición. ¡Prohibido caerse!
S6	Inclinación mantenida superior a los 50º en terreno expuesto o más de 55º en terreno poco expuesto.
S7	Más de 60 º, muy expuesto

## 4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje en línea regular a **Ålesund**.

Traslado a nuestro alojamiento en transporte privado (aproximadamente 1h,50m).

Día 2. **Grøtdalstinden** (1.331 m).

Desnivel + 1.200 m. Desnivel - 1.200 m.

Día 3. **Kolåstinden** (1.432 m) o **Nordre Saetretind** (1.365 m).

**Kolåstinden** Desnivel + 1.050 m. Desnivel – 1.050 m.

**Nordre Saetretind** Desnivel + 1.400 m. Desnivel – 1.400 m.

Día 4. **Skårasalen** (1.542 m).

Desnivel + 1.550 m. Desnivel – 1.550 m.

Día 5. **Tungremtindane** (1.290m).

Desnivel + 1.290 m. Desnivel -1.290m.

Día 6. **Jornada de exploración**.

Día 7. **Saudehornet** (1.303 m).

Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m.

Día 8. Mañana libre en **Ålesund** y viaje de regreso a España.

\*Debido al elevado número de opciones que tenemos en este terreno inacabable para el esquí de montaña, ofrecemos una selección de itinerarios. La realidad es que en cada viaje exploramos nuevas montañas disfrutando de nuevos descensos. Hay que estar abiertos cada día a seguir las recomendaciones del guía, en busca de las mejores condiciones, pudiendo cambiar el objetivo del programa. ¡De veras que merece la pena! ¡Seguro que lo pasaréis muy bien!

Otras opciones por la zona:

- Randers Topp (1.414 m)
- Slogen (1.564 m)
- Blåbretinden (1.476 m)

## 4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje en línea regular a **Ålesund**.

Traslado a nuestro alojamiento en transporte privado (aproximadamente 1h,50m).

Día 2. **Grøtdalstinden** (1.331 m).

Para alcanzar la cima de esta montaña realizaremos un bonito itinerario de orientación sur tanto en el ascenso como en el descenso. La progresión es fácil y cómoda empezando por un bosque de abedules. Sobre la línea de árboles nos introduciremos en un valle más amplio camino de la cima. Últimos metros antes de alcanzar la cima con mas pendiente.

Desnivel + 1.200 m. Desnivel - 1.200 m.

Día 3. **Kolåstinden** (1.432 m) o **Nordre Saetretind** (1.365 m).

Partiendo desde el mismo punto podremos optar por una de las dos cimas que aquí se presentan e incluso podremos regresar otro día a por la otra cima.

**Kolåstinden** es la cima más popular de la zona. Presenta un par de opciones de descenso que en función de las condiciones seleccionaremos la más apropiada.

Desnivel + 1.050 m. Desnivel – 1.050 m.

**Nordre Saetretind** se encuentra al este de **Kolåstinden** y también es una cima popular para los locales. Los últimos 50 metros antes de alcanzar la cima requerirán de una apurada técnica. Llegemos o no la cima la visita habrá merecido la pena.

Desnivel + 1.400 m. Desnivel – 1.400 m.

Día 4. **Skårasalen** (1.542 m).

Alcanzaremos la cima de esta montaña en un ascenso directo que rápidamente nos permitirá ganar metros. La cima es preciosa presentando por la otra vertiente un relieve abrupto muy alpino sobre el fiordo **Storfjorden**.

Desnivel + 1.550 m. Desnivel – 1.550 m.

Día 5. **Tungremtindane** (1.290m).

Aunque no es una cima muy frecuentada, el terreno por el que nos moveremos presenta bastantes opciones para el esquí de montaña. Partiremos de Riksem por un valle en clara tendencia suroeste que aguas arriba se hará más ancho y donde encontraremos zonas lacustres. Tras la cima se esconde unas bonitas vistas sobre un fiordo **Hjørundfjorden**. Descenso por el mismo itinerario.

Desnivel + 1.290 m. Desnivel -1.290m.

#### Día 6. **Jornada de exploración.**

Siempre nos gusta dejar una jornada del viaje a explorar una nueva cima en la zona. Aunque tenemos opciones, buscaremos un nuevo objetivo ya que por muchos medios de comunicación e información que tenemos en estos tiempos, **la exploración** es algo que nunca debemos dejar de hacer, es parte de la esencia de la montaña y lo que llevó en tiempos pasados a conocer rincones de nuestro planeta.

#### Día 7. **Saudehornet** (1.303 m).

En esta jornada ascenderemos a una de las cimas con mayor pendiente de los **Alpes de Sunnmøre**. Sólo acometeremos su ascensión si las condiciones son óptimas tanto referente a la estabilidad del manto nivoso como a la presencia de hielo.

Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m.

#### Día 8. Mañana libre en **Ålesund** y viaje de regreso a España.

\*Debido al elevado número de opciones que tenemos en este terreno inacabable para el esquí de montaña, ofrecemos una selección de itinerarios. La realidad es que en cada viaje exploramos nuevas montañas disfrutando de nuevos descensos. Hay que estar abiertos cada día a seguir las recomendaciones del guía, en busca de las mejores condiciones, pudiendo cambiar el objetivo del programa. ¡De veras que merece la pena! ¡Seguro que lo pasaréis muy bien!

Otras opciones por la zona:

- Randers Topp (1.414 m)
- Slogen (1.564 m)
- Blåbretinden (1.476 m)

## 5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 1.490 euros.

### 5.1 Incluye

- Guía de montaña
- Transporte privado desde Ålesund durante el viaje.
- 2 noches de alojamiento en apartamento/hotel en habitación doble con desayuno en Ålesund.
- 5 noches de alojamiento en cabaña perfectamente acondicionada con calefacción, cocina con equipación completa, baño, etc.
- Gestión de reservas.

## 5.2 No incluye

- Vuelo. Posibilidad de gestión por parte de Muntania Outdoors (coste de 30 € por gastos de gestión).
- Manutención. Cocina de las cabañas perfectamente acondicionadas para ello (coste estimado de manutención de 120 € la semana según otras ediciones de este viaje). Los gastos de manutención del guía durante las 5 noche de las cabañas no están incluidos, se divide entre los participantes.
- Traslados aeropuerto- Ålesund (ver observaciones).
- Seguro de accidentes y rescate. Si no dispone de uno se lo podemos tramitar. Consultar.
- Nada que no esté especificado en el apartado "incluye".

## 6 Más información

### Ropa y material necesario para este viaje

Es importante llevar poco peso en la mochila para esquiar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 30-40 litros) con cintas porta esquís.
- Material de esquí de montaña (esquís, botas, pieles, cuchillas, bastones).
- Material de seguridad: DVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Casco, crampones y piolet.
- Ropa técnica para la travesía:
  - Calcetines.
  - Pantalón de esquí de montaña.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Chaqueta de primalof o plumas ligera y fina.
  - Braga para el cuello.
  - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
  - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelbak tener en cuenta que el tubo puede llegar a helarse, recomendando llevar una botella auxiliar.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

### Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran y veremos la viabilidad de programar la fecha que más te convenga.

## **Hora y lugar de encuentro**

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

## **Billete de avión**

A la hora de hacer la reserva podrás ver algunas propuestas de vuelos y el coste cuando se programó el viaje. Antes de comprar el billete comprobamos si hay mejores opciones para que te salga más económico.

Si estás interesado en que gestionemos tu billete tendrás que marcarlo en la reserva donde verás distintas opciones de vuelos. Si no ves las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirás información de opciones de vuelo.

Si cuando hagamos la compra de tu vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta te informaremos para que nos des tu confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dices nada al respecto, compraremos tu billete con una maleta en bodega. Si además quieres facturar una bolsa de esquís o únicamente facturar bolsa de esquís y no maleta, lo debes indicar cuando haga la reserva.

Respecto al transporte de esquís en el avión, recomendamos facturar únicamente una bolsa de esquís amplia, donde además pueda meter más cosas y en cabina la mochila de ataque con el resto de las cosas que no has metido en la bolsa de esquís. Según el destino de tu viaje, se puede alquilar esquís y botas y también hay tiendas para comprar ropa, guantes etc. pero es más sencillo alquilar esquís y botas que ir comprando guantes, gorro, etc.

Si la elección de asiento es gratuita elegiremos los más cómodos entre los disponibles. Si deseas un tipo de asiento específico debes indicarlo previamente. Si la elección de asiento es de pago, dejaremos esta elección a tu criterio para que puedas gestionarla posteriormente tú mismo junto con el resto de los servicios opcionales de pago.

Muntania Outdoors cobra 30 € según destino en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a tu vuelo (lo tendrás que hacer tu).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, tuvieras que cancelar tu vuelo, será responsabilidad tuya hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio en el caso de que nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarte y te mandaremos el nuevo horario. Si te llega a ti, es responsabilidad tuya aceptar el cambio y si no estás de acuerdo con el nuevo horario tendrás que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo, te haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela tu vuelo y quieres reclamar, serás tú el que realices los trámites que te pidan realizar.

En el caso de que quieras que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 30 € adicionales según el destino.

Si eres tú el que compras tu vuelo, te rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compres el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, optas por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

### **Traslado del aeropuerto al alojamiento (ida y vuelta)**

Si todo el grupo llega en el mismo vuelo y el guía ya está en Ålesund a esa hora, podremos haceros el traslado. Si los participantes llegan a distintas horas y el guía está en Ålesund a esas horas, podremos hacer varios traslados. Lo mismo ocurre con la vuelta.

En caso de que el guía no esté en Ålesund cuando llega o que el guía marche el día de vuelta antes del horario de salida de su vuelo tendrá que hacer el traslado en transporte público bien en autobús de línea u optar por un taxi que no sale excesivamente caro al ser un trayecto corto.

### **Climatología**

Pese a la latitud a la que se encuentra, las temperaturas no son muy extremas ya que se nota la influencia del océano. En cambio, el tiempo es muy cambiante y es muy habitual encontrar cambios bruscos en el mismo día.

### **Cambio de divisas, dinero, tarjetas**

1 euro = **11,92** NOK aproximadamente (coronas noruegas). Se puede cambiar en el aeropuerto de Oslo o sacar dinero de un cajero en Tromsø. Aceptan tarjetas de crédito en todos los lugares. Prácticamente no se tienen gastos durante el viaje menos la compra de comida que hay que calcular unos 100 € la semana por persona.

### **Equipaje y material**

Rogamos sean comedidos con el equipaje ya que por las tardes necesitarán pocos cambios de prendas. Aunque el traslado es en furgoneta o vehículo tipo familiar (según tamaño de grupo), tenemos que dimensionar nuestro equipaje de la mejor manera para que quepa el de todos.

En caso de rotura de material se puede alquilar en la zona.

## Organización de las comidas

Por experiencias de otros años hemos visto que la mejor organización es la siguiente. Cada noche dos personas se encargan de preparar la cena para el resto. De esta forma sólo se está implicado una noche por lo que si alguno le incomoda cocinar sólo tiene que hacerlo una noche. Eso no implica que el resto ayude en tareas de puesta de mesa y recogida y limpieza de platos etc.

Podéis llevar algo de buen género que podáis echar ahí de menos (jamoncito, etc.) pero ahí podemos comprar de todo.

Coste estimado de manutención de 100 € la semana incluyendo desayunos y cenas (según otras ediciones de este viaje). Para no estar con líos de dinero el guía suele pagar todo y luego ve el extracto de la tarjeta y divide entre los participantes. Rogamos que todos traigáis euros en efectivo y en billetes variados y monedas para saldar deudas al final del viaje.

Igualmente, si alguno prefiere ser autónomo o cenar en restaurante nosotros facilitaremos más detalles en caso de que alguno escoja esta forma. Cenar en Noruega en restaurantes es muy caro.

En este viaje según la localización del alojamiento no hay restaurantes cercanos.

## Alojamiento

En Sunnmøre nos alojaremos en cabañas/casas rurales perfectamente equipadas. Traer zapatillas de estar en casa ya que los noruegos no entran con las botas llenas de nieve. Sábanas y toalla nos la proporciona el alojamiento.

## Seguro de accidentes/viaje no incluido.

**Es obligatorio** que dispongas de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

También te recomendamos que tengas un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tienes cualquier problema que le impida viajar.

Puede adquirir un seguro de accidentes/rescate/seguro de viaje + cancelación.

Consulta los precios y condiciones de los **seguros** de **Iris Global**, **Ergo** e **Intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors: [Información de seguros](#)

## Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

## Enlaces de interés

- [Visitnorway](#)
- [Norgeskart](#)

## 7 Puntos fuertes

- Esquí entre fiordos.
- Esquí hasta la misma orilla del mar.
- Condiciones excepcionales para el esquí de montaña en un destino único en Europa, montañas y fiordos.

## 8 Otros viajes similares

- Alpes de Lyngen esquí en el círculo polar ártico
- Freeride, esquí en fuertes pendientes. Alpes de Lyngen, Noruega
- Lofoten, esquí entre el mar y las montañas
- Jontunheimen, Noruega. Alta Ruta de Esquí de Montaña
- Islandia. Esquí de montaña en medio del océano Atlántico

## 9 Contacto

**Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L** (CICMA 4720)

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com) [www.geographica.es](http://www.geographica.es)

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid