S&S
SPORT&STYLE SUPLEMENTO DE ESTILO DE VIDA DE DIARIO SPORT

Tomá mate

Triunfa entre los deportistas por sus propiedades antioxidantes, su aporte vitamínico y por ser una de las mejores fuentes naturales de energía

VALENTÍ ENRICH

● SLOW CORNER: El silencio, la terapia para alcanzar el equilibrio ● ESPACIO FOODIE: Parking Pizza abre su segundo local en Barcelona ● ZONA VIP

TOMÁ MATE ESTA INFUSIÓN TRIUNFA ENTRE LOS DEPORTISTAS POR SUS EXCELENTES PROPIEDADES

Ritual de cracks

Revitaliza la mente. Mantiene el cuerpo en forma. Es energizante, antioxidante, acelera el metabolismo y ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares. Sus orígenes se remontan a los nativos guaraníes, constituye todo un ritual y es la segunda bebida más popular en Argentina y Uruguay después del agua. Y cuenta con dos embajadores de lujo: **Leo Messi** y **Luis Suárez**. Es difícil no verles en viajes y desplazamientos con su termo en la mano. Esta visibilidad y el conocimiento de sus beneficios han conseguido que la yerba mate haya cruzado el Atlántico.

IDEAL PARA DEPORTISTAS En el mundo del deporte su consumo es cada vez más común. 100% natural, es un excelente estimulante del sistema nervioso central. Contiene cafeína pero, a diferencia del café, no provoca 'bajones' energéticos. La gran cantidad de vitaminas, minerales y antioxidantes hace que se equilibre el contenido en cafeína y ayudan a mejorar la concentración mental. Otro de los efectos del mate es que obliga al metabolismo a utilizar los hidratos de carbono de forma eficiente. Ello permite entrenar durante más tiempo antes de que aparezcan la fatiga y el cansancio, con el consiguiente aumento de la resistencia física. Y por si ello no fuera suficiente, es un excelente recuperador. Sus propiedades antiinflamatorias y antioxidantes le convierten en un producto ideal para recuperar músculos y articulaciones.

Foto: MIGUEL RUIZ

Suárez y su esposa Sofía compartieron en las RRSS su nuevo termo personalizado con los nombres de la familia // INSTAGRAM

Antonela Roccuzzo compartió en su cuenta de Instagram hace algo más de un año el kit completo de mate que le regalaron. Está personalizado con los rostros y los nombres de su marido y de sus hijos, Thiago y Mateo, y en más de una ocasión hemos visto al propio Messi con este termo

Todos los beneficios del mate

1 Los **ant** a preve evitanc se acun

2 Colabo **metabo** consun los carb

3 Ayuda gracias Su cons y el des

4 La yerb **del gru** como e ayuda

tioxidantes que contiene ayudan
nir **enfermedades cardiovasculares**
lo que el colesterol y la grasa
mulen en las arterias

ra en **la aceleración del**
olismo haciendo que el cuerpo
na de manera más rápida
pohidratos

a **retardar el envejecimiento**
a la acción de los antioxidantes.
sumo regular previene la oxidación
sgaste celular

pa mate es fuente de **vitaminas**
po B y también de **minerales**
el potasio y el magnesio, que
al cuerpo a incorporar proteínas

Slow Corner

Silenciar nuestros ruidos para volver a conectar con uno mismo. Esta es la propuesta de **(silencio) barcelona**, un nuevo espacio holístico en la ciudad condal que busca que alcances el equilibrio personal y hagas un paréntesis en tu día a día y reconectes contigo. Un método personalizado pensado para localizar las distorsiones de la persona a través de técnicas orientales y occidentales. **www.silenciobarcelona.com.**

Asics lanza una nueva línea de yoga basada en el mensaje #IMoveMe, una evocación hacia los años 70 de filosofía de la marca sobre la correlación cuerpo sano y mente sana.

Esta nueva e imprescindible línea de **Biotherm** lucha contra la piel asfixiada por culpa de la contaminación ambiental, la protege y le devuelve el oxígeno que le falta.

'La fuente de la juventud', un espectacular viaje a Japón y sus profundas nieves inaugura la nueva temporada de invierno de **Salomon TV.**

Rosa de la India y aceite de almendra dulce son los ingredientes **ayurvédicos** de esta vela de **Rituals** que te ayudará a crear un clima relajante en casa. ¡Antiestrés total!

Zona Vip

La Antigua Fábrica **Estrella Damm** y la fábrica Damm de El Prat de Llobregat se sumaron a la causa impulsada por la **AECC** e iluminaron de rosa sus fachadas.

La revista **Woman**, del **Grupo Zeta**, celebró esta semana su 25º cumpleaños con una gran fiesta a la que asistieron numerosos vips. La top **Vanesa Lorenzo** y las cantantes **Edurne** y **Lorena Gómez**, parejas de Puyol, De Gea y Antonio Barragán, no se perdieron el evento.

Nike presentó el miércoles la agenda cultural **BOXBARCELONA**, el lugar de referencia para el deporte en la playa de la Ciudad Condal y un espacio que cree en la creatividad y el talento local.

Parking Pizza
Pizzas con alma

Tras el éxito de su primer local, en la calle Londres 98, Berta y Marcos estrenan un nuevo y amplio espacio en el Passeig Sant Joan 56 de Barcelona

MAITE ANTÓN
@MaiteAnton81

Existe una fórmula que nunca falla. Y **Berta Bernat** y **Marcos Armenteras** la tenían muy clara. Tras 15 años non-stop en el mundo de la hostelería se tomaron dos años sabáticos durante los cuales se animaron a soñar con tener su propio restaurante. Su experiencia en el mundo de la gastronomía y las vivencias de muchos viajes fueron dando forma a un proyecto cuyas premisas básicas tenía que ser: la calidad del producto y la sencillez. Y apostaron por la pizza y los mejores ingredientes, por ser un bar de pizzas y no un restaurante al uso con una carta pequeña, y por las mesas compartidas. De esta idea nació Parking Pizza hace dos años, con un pequeño local en la calle Londres 98, que pronto se convirtió en un local de culto para los 'pizzalovers' de Barcelona. Dieron con la ecuación del éxito que tanto se persigue. Les funcionó tan bien que hace poco más de una semana inauguraron su segundo Parking Pizza, en el Passeig Sant Joan 56, mucho más amplio -el espacio es un antiguo parking- y con una carta de pizzas prácticamente idéntica y con la novedad de dos pastas (spaghetti con tomate y pesto, y rigatoni con gorgonzola y salvia).

La masa y la calidad de los ingredientes marcan la diferencia. La de trufa negra es 'top'

¿El secreto? "Teníamos claro que teníamos que ofrecer los mejores ingredientes, como a nosotros nos gustaría que lo hicieran. Al final se trata de comer bien, por lo que tienes que ofrecer una masa buena, mozzarella de la mejor calidad, etc. Y poner los ingredientes sobre la pizza con criterio", cuenta **Marcos**. El podio de las más solicitadas son la de trufa negra, fontina, huevo y parmesano; la margarita; y la de stracciatella de burrata. Son una auténtica delicia. Al igual que sus cinco aperitivos -apúntense la bresaola y la focaccia-, sus tres ensaladas, y los helados... el de avellana es sublime.

Y para beber tienen claro que la cerveza marida a la perfección con sus pizzas, como también el vino, y reconocen que les encanta hacerlo con una Estrella Damm bien fresquita. "Esta cerveza me gusta mucho y me encaja", asegura **Marcos**. Al final, la idea es que la comida o la cena salga por menos de 20 euros.

Los viernes y fines de semana, por cierto, cuentan con una barra especial en la que se podrán pedir cócteles y disfrutar aún más de la 'experiencia Parking Pizza'. Un detalle importante: no reservan, por lo que se recomienda acudir pronto. ¡Vale la pena!

S&S
SPORT & STYLE

Directora:
Carme Barceló

Email:
sportstyle@diariosport.com

Teléfono:
93 227 94 00

SÍGUENOS EN:
sport.es
@sportstyle_
@sportstyle15

Parking Pita: la gran novedad llega a principios de noviembre

El nuevo local de Parking Pizza en el Passeig Sant Joan cuenta con una sorpresa: otro espacio independiente -con una capacidad para unas 26 personas y acceso propio desde la calle- en el que la pita será la reina indiscutible. Se estrenará a principios de este mes de noviembre y seguirá la misma filosofía: calidad del producto y sencillez. Y un precio de lo más ajustado. La carta contará con unos tres-cuatro aperitivos, como unas patatas picantes o un tabulé, y luego cuatro bocadillos pita que no te dejarán indiferente por su masa cocida en horno de leña y sus deliciosos rellenos. Berta y Marcos confían en que esta nueva fórmula funcione tan bien como lo ha hecho la de la pizza, con la que han conseguido convertirse en una referencia en Barcelona y tener una clientela de lo más fiel. Además, sus apetitosas creaciones se pueden recoger en el local para disfrutarlas a domicilio.