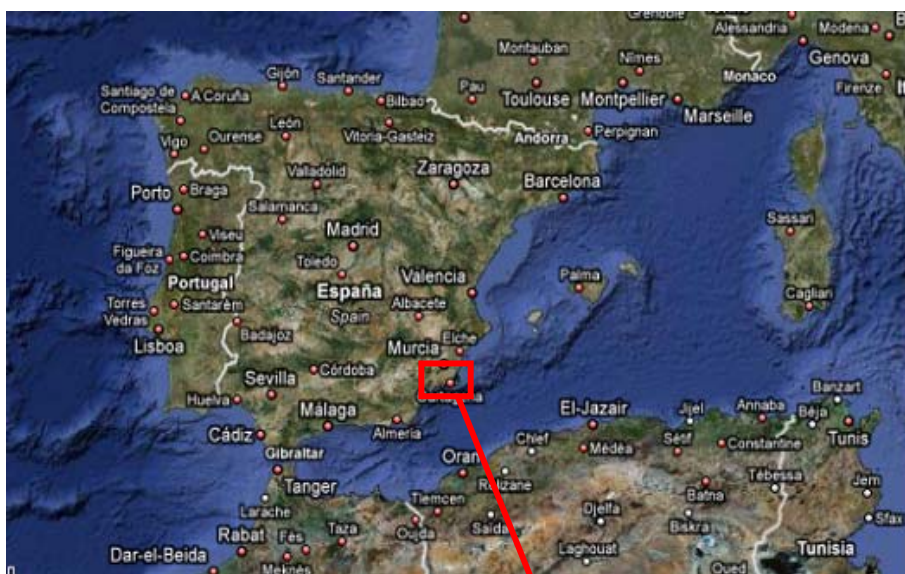


LA REGION DE MURCIA

Descubrir los secretos de una ciudad milenaria, pasear por los rincones del pasado medieval, conocer una ciudad santa, saborear la esencia del barroco... Todo eso y mucho más es posible gracias al legado histórico, artístico y arquitectónico que conserva la Región de Murcia. Cartagena Puerto de Culturas, Lorca Taller del Tiempo y Caravaca de la Cruz Ciudad Santa son programas culturales que te ayudarán a conocer este lugar privilegiado de la geografía española.



Lugares de interés:

El Teatro Romano: El Teatro se halla situado en el Cerro de la Concepción, la colina más alta de las cinco que configuran la topografía de la ciudad, y contrapuesto al anfiteatro. Este emplazamiento era muy habitual en la época. La ubicación en la ladera de un monte facilitaba la construcción del graderío aprovechando la propia roca del monte y la orientación norte y protección de los vientos del sur le confería una excelente acústica. Tenía una capacidad aproximada de 6000 espectadores.



El Museo, además de servir de exposición para las piezas halladas durante las sucesivas campañas de excavación en el Teatro, permite conducir a los visitantes desde la Plaza del Ayuntamiento hasta el interior del propio monumento por un corredor bajo la Catedral de Santa María La Vieja.



La Catedral de Santa María: Se trata del edificio monumental más importante de la capital y es un compendio de todos los estilos artísticos que se suceden desde el comienzo de su construcción -finales del siglo XIV- hasta la finalización de su impresionante fachada barroca en 1751. En su construcción participaron arquitectos y artistas tan importantes como Diego Sánchez de Almansa (Siglo XV), Francisco y Jacobo Florentino (Siglo XVI), Jerónimo Quijano (Siglo XVI) o Jaime Bort (Siglo XVIII). Merece mención

destacada, dentro del conjunto catedralicio, la Torre, con entidad y características propias, que sustituyó a la antigua torre medieval, demolida a principios del siglo XVI para construir la portada de la Cruz y la torre renacentista. Otro aspecto sobresaliente de esta monumental construcción son sus capillas, de excepcional belleza, entre las que sobresalen la de los Vélez y la de Junterones, así como sus puertas laterales -de los Apóstoles o de las Cadenas- y la sacristía y antesacristía. Cabe destacar, por su extraordinariamente rica talla la sillería de la Catedral de estilo renacentista.

Las Salinas de San Pedro: Las Salinas y Arenales de San Pedro del Pinatar forman el



humedal más importante de la Región de Murcia. Como tal, están declaradas Parque Regional desde 1992. Sitio RAMSAR desde 1994, se encuentra incluido en la Red NATURA 2000 como Lugar de Importancia Comunitaria y Zona de Especial Protección para las Aves. En ellas se alimentan y descansan cada año bandadas de flamencos y otras aves migratorias, que usan este espacio natural como escala en su tránsito entre África y Europa.

El Parque Regional de las Salinas de San Pedro forma un paraje del litoral mediterráneo único, en el que es posible ver en poco espacio formaciones morfológicas tales como salinas, saladares, carrizales, playas, dunas, pinares que crecen en la arena y encañizadas.

La avifauna es especialmente numerosa. Aunque los reyes, por su espectacularidad, son los flamencos, que llegan a bandas a principio de verano, también están presentes zampullines, chorlitos, garzas, garcetas, cigüeñuelas, lechuzas, gaviotas, aguiluchos y avocetas, entre otras especies.

Gastronomía:

Excelentes **vegetales** de la huerta, buena oferta de **carnes** y los preciados tesoros del mar, asimilando productos que dejaron los pueblos que durante siglos aquí se instalaron. Los romanos nos mostraron la forma de hacer conservas y salazones de **pescado**, los árabes, entre otros mil productos, nos aportaron el **arroz**, su cultivo y su forma de cocinarlo, y las **especias**, condimentos y plantas aromáticas. Fuera de las fértiles vegas, se daban el trigo, el olivo y la vid, que es tanto como decir pan, aceite y vino: las tres columnas principales de la **dieta mediterránea**. En la **costa**, decir, por ejemplo, caldero es invocar arroz, pescado (mújol, rape, mero), cocinados en perola de hierro, presencia de pimiento de bola y ali-oli. Hay que contar con los pescados hechos a la sal, en el horno. Huevas de mujol, mojama de atún, langostinos del Mar Menor. En la misma aventura no podemos prescindir del pastel de cierva, relleno con huevo y carne. Si no gusta el pescado y estamos en Águilas, hay que pedir moraga de sardinas, o el arroz que aquí se hace a la piedra. Si reclamamos la cocina de la **Huerta de Murcia**, arroz y habichuelas, olla gitana, cocido de pava con pelotas, michirones, guisos de pollo o conejo. Cocina de puchero en la que la imaginación ha salvado la modestia de la materia prima: arroz con verduras, cocido con pelotas. La huerta nos impresiona de nuevo en las **ensaladas** y en las mil combinaciones que permitan las verduras de la tierra. El **cerdo** ha sido básico en la economía de la huerta y su aprovechamiento absoluto. A la brasa o a la plancha, sin olvidar una apetitosa gama de embutidos (morcón, longanizas, morcillas...).



**CAMPEONATO DE ESPAÑA INFANTIL Y
CADETE 2010
AJEDREZ, ORIENTACIÓN, BADMINTON Y
TENIS DE MESA
SAN JAVIER - Del 22 al 27 de junio**



Otra gran opción es la del **interior**. Para los días nublados y lluviosos, las migas ruleras, hechas a base de harina con aceite, agua, sal y paciencia. Gazpacho jumillano, gazpacho de Yecla, perdices escabechadas o arroz con conejo. Si es el tiempo, en Calasparra, arroz con caracoles. En el Valle de Ricote, tiernos corderos asados al horno moruno. Excelentes y cada vez más pujantes **quesos** de cabra, frescos y curados, al vino, al pimentón... Dulces de fruta que han constituido una activa industria... Excelentes **mermeladas**, conservas confitadas. Y **mieles** en las que se advierten los más delicados aromas de estos campos. Y especias y condimentos que merecerían, como los dulces y la pastelería (tocinos de cielo, mazapanes, yemas de Caravaca, almendrados), un capítulo aparte. Además, en la Región de Murcia se cultivan viñas y se crean **vinos** desde los tiempos de los romanos. Junto a los del Campo de Cartagena, destacan los de Ricote y, por supuesto las tres Denominaciones de Origen: Jumilla, Yecla y Bullas. Vinos blancos, tintos y rosados ricos en matices. Para todos los gustos, para todos los paladares.

Más información en

- www.murciaturistica.es
- www.murciaciudad.com
- www.cartagenapuertodeculturas.es



EL MAR MENOR, PARAÍSO NATURAL

El Mar Menor, es un paraíso natural y único de la Costa Cálida para todos y en especial para los deportistas, que tienen aquí una gran variedad de instalaciones deportivas, algunas de ellas tan peculiares como los deportes náuticos que abarcan un amplio abanico de posibilidades como puede ser la vela, el piragüismo o el submarinismo.

Hablamos en este caso de "la piscina más grande del mundo". Delegaciones nacionales e internacionales concentran a los suyos en hoteles e instalaciones, como el Patronato Deportivo Municipal de San Javier o el Centro de Alto Rendimiento Infanta Cristina de Los Narejos, para preparar todo tipo de competiciones. Todos los deportes principalmente la vela, el piragüismo, y el esquí náutico. Y al otro lado de La Manga, por si fuera poco, una de las reservas submarinas más variadas y mejor preservadas del Mediterráneo.



Por su condición de encrucijada de gentes, tradiciones y culturas, el carácter acogedor de los murcianos y su excelente infraestructura turística, será un nuevo impulso para el desarrollo de Campeonato. A su vez podrán disfrutar de un magnífico destino turístico, una ciudad que han de visitar todos los que deseen conocer, entender y amar la España Mediterránea.



SAN JAVIER (MURCIA)

San Javier es una localidad situada al sureste de España, en la Región de Murcia, a orillas del Mar Menor, el lago salado más grande de Europa.

Cuenta con más de 20 km. de playas, que dan tanto al Mar Menor como al Mar Mediterráneo, destacando la franja de tierra que divide los dos mares y que es conocida como La Manga del Mar Menor.

San Javier es referencia internacional a nivel cultural debido a su Festival de Jazz y al Festival de Teatro, Danza y Música, que se celebran ambos en época estival.

CÓMO LLEGAR

En avión:



- Aeropuerto de Alicante (a 90 km).
 - Aeropuerto de Murcia-San Javier (a 2 km)
- www.aena.es

En tren:



- Estación de Balsicas (a 10 km).
 - Estación de Cartagena (a 28 km)
- www.renfe.es

Por carretera:



- Desde Alicante y Almería: Autovía del Mediterráneo (AP-7, salida 777)
- Desde Murcia: (A30, salida Mar Menor)

Más información en

www.sanjavier.es y www.pdmsanjavier.com

TELÉFONOS DE INTERÉS

COMPETICIÓN

PABELLÓN PRINCIPE FELIPE DE BORBÓN Y GRECIA:
968.57.31.05

OTROS

| | |
|--------------------------|--|
| EMERGENCIAS: | 112 |
| RADIO TAXI: | 968- 57.33.00 968- 56.30.39 |
| POLICIA MUNICIPAL | 968- 57.08.80 |
| TURISMO | 968- 57.17.04 |