

GUÍA DEL VIAJERO LTH:
**DESCUBRE LA ENERGÍA
DE LA NATURALEZA**



ÍNDICE

AIRE

- 01** Tequisquiapan, Querétaro
- 02** Papantla, Veracruz
- 03** Valle de Bravo, Estado de México

TIERRA

- 07** Bonampak, Chiapas
- 08** Peña de Bernal, Querétaro
- 09** Dunas de Yeso, Coahuila

FUEGO

- 04** Volcán Pinacate, Sonora
- 05** Volcán Parícutín, Michoacán
- 06** Parque Nacional la Malinche, Tlaxcala

AGUA

- 10** Hierve el agua, Oaxaca
- 11** Cascadas de Agua Azul, Chiapas
- 12** Xpicob, Campeche

INTRO- DUCCIÓN



Las vacaciones y tiempos de descanso son la excusa perfecta para desconectarse de la rutina y recargar energía, por supuesto, ésta siempre es bienvenida para continuar con las actividades cotidianas de la vida.

México cuenta con un gran número de destinos turísticos considerados puntos de energía, por ejemplo, las pirámides y ruinas antiguas. Lugares que fueron habitados por civilizaciones prehispánicas; en ellos se respira un aire relajado y se siente una vibra sin igual.

En esta ocasión, los cuatro elementos (aire, fuego, tierra y agua) fueron

la inspiración para desarrollar este libro electrónico con doce excelentes recomendaciones de lugares representativos del país para vivir la energía que no se detiene.

A continuación, te presentamos estos magníficos destinos con sus respectivos atractivos turísticos y atracciones más destacadas.

¿Qué esperas para hacer tus maletas y viajar en un *road trip* sin igual?

AIRE

No lo vemos, pero lo sentimos y respiramos. Este elemento es el menos denso de los cuatro, así que nuestra recomendación se basa en destinos ligeros con actividades que te permiten vivir experiencias extraordinarias como volar en globo, parapente o disfrutar de una representación con tradición mexicana, como son los voladores de Papantla.

¡Libera tu energía!



01 TEQUISQUIAPAN, QUERÉTARO

Para fanáticos de los pueblos con serenidad, esta es una buena recomendación. **El nombre de este Pueblo Mágico significa "lugar de aguas y tequesquites" en náhuatl.** Ubicado a 40 minutos de la capital de Querétaro, es un buen escape para vivir las vacaciones.

Lugar donde los habitantes mezclan la cultura y tradiciones con el ecoturismo, generando una conciencia sobre el cuidado de su ciudad; pues sus calles adoquinadas se mantienen limpias, los jardines cuidados y la impactante arquitectura conservada.

Disfruta del amanecer con un cielo claro, aire puro y clima agradable en un vuelo en globo. Esta aventura es de las

más recomendables y no te la puedes perder. Los *tours* sobre estos fantásticos globos son diversos, pero todos ofrecen la experiencia de presenciar la ciudad desde lo alto con sus templos y áreas verdes.

Déjate sorprender por la gastronomía de Tequisquiapan con sus moles exquisitos, gorditas de maíz, pozole verde y nopales. Así como sus quesos únicos y elaborados de forma artesanal, una delicia al paladar acompañado de un buen vino de mesa.

Vuela por los cielos azules de esta ciudad.

Todo el año existen vuelos en globo, excepto en temporada de lluvias.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 187 km / 2 h 28 min

MTY: 757 km / 8 h 8 min

GDL: 443 km / 4 h 49 min

02 PAPANTLA, VERACRUZ

Se dice que este Pueblo Mágico, ubicado al norte del estado, huele a vainilla, ya que la producción de orquídea es una de las actividades económicas más importantes de la región. Pero además, su cultura es única, destacando **nuestra principal recomendación: Los voladores de Papantla.**

No se tiene gran información de esta tradición, ya que durante la conquista española se destruyeron muchos manuscritos y relatos. Sin embargo, algunos mitos señalan que durante una época de sequía, cinco habitantes jóvenes decidieron enviar un mensaje al dios de la fertilidad, Xipe Totec. En su recorrido entraron al bosque y cortaron el árbol más alto y rec-

to que encontraron, posteriormente, lo clavaron en el suelo; ataron una cuerda a sus pies y vestidos con plumas se lanzaron al aire para llamar la atención del dios.

Esta historia totonaca mantiene gran contenido ritual y actualmente se practica como tradición de la región. Cuatro hombres vuelan en el aire girando trece veces (número de meses en el calendario maya); mientras el quinto los guía con el compás de la música.

Sin duda, Papantla es un lugar lleno de sorpresas.

Significa "lugar de pájaros ruidosos" en náhuatl.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 330 km / 4 h 40 min

MTY: 780 km / 10 h 36 min

GDL: 787 km / 8 h 12 min

03 VALLE DE BRAVO, ESTADO DE MÉXICO

A tan solo dos horas de camino de la Ciudad de México, este es el escape perfecto para recargar de energía mientras haces actividades físicas. Su lago es una inmensa presa artificial que se encuentra rodeada por zona verde.

Para los amantes de los deportes extremos y la aventura, en definitiva, Valle de Bravo es el lugar ideal. Por ser un atractivo turístico con actividades múltiples, se ha convertido en el destino vacacional favorito para los habitantes del sur de México por décadas.

Siente el viento en la cara y déjate llevar en parapente, los puntos de despegue o saltos se realizan desde el mirador Monte Alto, uno de los más concurre-

dos por los turistas y un sitio de vuelo libre reconocido internacionalmente. Observa la inmensidad del lago y sus alrededores desde lo alto.

Así mismo, puedes realizar caminatas y paseos a caballo por "La Peña", una gran piedra a la que se puede ascender en un paseo de treinta minutos aproximadamente y que ofrece una interesante vista. Finalmente, olvídate de sentir calor o frío, el clima en Valle de Bravo es muy agradable la mayoría del año con sol y aire fresco.

Atrévete a recargar tu energía al extremo.

Es estupendo para el avistamiento de la mariposa monarca.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 142 km / 2 h 7 min

MTY: 935 km / 10 h 17 min

GDL: 518 km / 5 h 32 min

FUEGO

Es el elemento que representa el calor y la vivacidad; precisamente existen destinos turísticos en México que te provocan las mismas sensaciones. En este capítulo, te mostraremos tres lugares donde podrás encontrar la energía del fuego y vivir una aventura emocionante a la vez. Tres volcanes componen esta lista: uno al noroeste, otro en el centro y uno más al oeste del país.

¡Enciende tu energía!



04 VOLCÁN PINACATE, SONORA

Se ubica en la gran reserva de la Biosfera El Pinacate y el Gran Desierto de Altar, declarado el conjunto volcánico más grande de Norteamérica y reserva única en el mundo respecto a su diversidad en flora y fauna.

Consta de 715 mil hectáreas y un conjunto de cimas principales: el Pico Pinacate, el Pico Carnegie y el Pico Medio. A dicho grupo se le denomina volcán Santa Clara o Sierra Pinacate. Por esta magnitud, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) lo declaró como Patrimonio Natural de la Humanidad.

Sus paisajes son tan diversos que lo hacen parecer otro planeta. El escudo de roca volcánica es visible desde la luna –fenómeno que no se repite en

ningún otro lugar del planeta—. Incluso, estas tierras fueron en su momento campo de entrenamiento para los primeros astronautas de la NASA en pisar la luna.

Se requiere de traslados en vehículos especiales para llegar a la cima, después, atravesar varios caminos rústicos. **Presta atención, porque durante el trayecto podrás observar ciertas especies de fauna como correcaminos, coyotes, halcones y venados.** Llegando a la cumbre, podrás apreciar la magníficas dunas del desierto, así como los 250 metros de profundidad en su enorme cráter.

Atrévete a deslumbrar tus sentidos en El Pinacate.

Debe su nombre a un escarabajo color negro de la región.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 2,500 km / 28 h **MTY:** 1,814 km / 19 h 30 min **GDL:** 1,800 km / 21 h min

05 VOLCÁN PARICUTÍN, MICHOACÁN

Tras hacer erupción en el año 1943, es considerado el volcán más joven del mundo. Su actividad duró nueve años, transcurso que sepultó a dos pueblos en lava: Paricutín y San Juan Viejo Parangaricutiro.

Afortunadamente, los habitantes desalojaron con tiempo el sitio, evitando tragedias. Hoy viven orgullosos de su ciudad en el nuevo poblado de Paricutín. Mantienen muchas de las tradiciones purépechas, sobre todo, en noviembre durante las fiestas del Día de Muertos.

Portador de una vista realmente impresionante, se ha convertido en un destino visitado por numerosos turistas, no solo del país, de todo el mundo. Además es

una magnífica zona para vivir aventuras como excursión, montañismo o caminatas largas.

A pesar que el ascenso a la cumbre no es tan sencillo, es posible; y realmente vale la pena el esfuerzo, pues ofrece una vista inconcebible. Cabe señalar que en la cima de este volcán el calor desaparece, por lo tanto es importante llevar equipo, abrigos, ropa y accesorios necesarios.

Antes de partir, te recomendamos tomar un descanso bien merecido. Los pobladores locales ofrecen una serie de servicios como alojamiento en bellas cabañas en medio de la naturaleza.

Se ubica a 110 kilómetros de la capital, Morelia.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 469 km / 6 h 53 min

MTY: 979 km / 12 h 28 min

GDL: 307 km / 5 h 40 min



06 LA MALINCHE, TLAXCALA

Si lo que buscas son aventuras de altura y una desconexión total, este es el lugar ideal. Precisamente es la principal reserva ecológica de la entidad, y dentro de ella se encuentra el volcán La Malinche; considerado la quinta elevación natural de México.

Los antiguos tlaxcaltecas lo nombraban Matlalcuéyatl, pero fue durante la conquista que los españoles comenzaron a llamar a la montaña Malinche, tal como la mujer que sirvió de intérprete a Hernán Cortés durante su conquista en las tierras.

Es considerado un destino 100% contemplativo, pues se compone de 46 mil hectáreas de bosque y desde su cima se distinguen las nieves del Pico

de Orizaba, así como los volcanes Iztaccíhuatl y Popocatepetl.

Sus espectaculares bosques son ideales para realizar actividades al aire libre. Podrás hacer largas caminatas, escalar o descansar en la zona de acampar con instalaciones recreativas. **Es ideal para practicar montañismo, campismo o andar en bicicleta de montaña.** Por supuesto, es importante realizar estas visitas acompañados de un guía, para evitar perderse entre sus senderos y caminos.

El lugar idóneo para reconectar con la naturaleza.

Se ubica a 26 kilómetros de la ciudad de Tlaxcala.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 163 km / 3 h 7 min

MTY: 1,035 km / 11 h 26 min

GDL: 674 km / 7 h 12 min

TIERRA

Es el elemento básico, el más denso y pesado; el que da forma a lo que nos rodea. Su estabilidad lo vuelve el mejor componente para crear grandes edificaciones.

Sin olvidar que es el elemento presente en las montañas colosales y los inmensos desiertos.

De estos lugares hablaremos en el siguiente episodio: ruinas antiguas, una formación rocosa y un desierto blanco.

¡Construye tu energía!



07 BONAMPAK, CHIAPAS

Este estado sin duda tiene una gran riqueza cultural y arqueológica debido a las diversas sociedades prehistóricas establecidas en el territorio.

Y precisamente, Bonampak es una de las zonas más enigmáticas.

Consta de 4 kilómetros cuadrados de construcciones ocultas en el interior de la Selva Lacandona, donde sobresale el conjunto Gran Plaza y Acrópolis. En estas edificaciones podrás apreciar el Templo de las Pinturas, icónico por poseer tres cámaras decoradas con asombrosos murales que narran el proceso de vida, ceremonias y batallas de la civilización maya.

A pesar de ser pequeña en comparación con otras grandes edificaciones

como Teotihuacán en Ciudad de México o Chichén Itzá en Yucatán, conserva un misticismo y energía única.

Impresiónate con los conocimientos de las comunidades aledañas de Bonampak. Los habitantes mantienen contacto directo con la naturaleza y conservan vivos los vínculos con los rituales y tradiciones mayas, así como un gran conocimiento respecto a la flora y fauna de la región.

Para llegar a este lugar tendrás que recorrer aproximadamente 9 kilómetros desde la entrada a la zona arqueológica. Las recomendaciones son llevar zapatos cómodos, ropa ligera y protección solar.

Su nombre significa "muros pintados" en maya.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 1,036 km / 14 h 6 min

MTY: 1,934 km / 22 h 12 min

GDL: 1,573 km / 18 h 42 min

08 PEÑA DE BERNAL, QUERÉTARO

Se ubica en el pequeño pueblo San Sebastián Bernal, a 59 kilómetros de la ciudad de Querétaro. Este lugar perdido en el tiempo te sorprenderá con sus construcciones y colorido paisaje.

En la Sierra Gorda se erige la imponente Peña Bernal, una formación rocosa de aproximadamente 300 metros de altura y el principal atractivo de la localidad. Es reconocida como el tercer monolito de piedra más grande del mundo, luego del Peñón de Gibraltar en el mar Mediterráneo y el Pan de Azúcar en Río de Janeiro, Brasil.

Si te gusta caminar, escalar o practicar rappel, este lugar es perfecto. Existen caminos de ascenso a la cima, pero otra forma de llegar es en coche. El camino conduce a un mirador donde podrás disfrutar de la magnífica vista, así como de artesanías y gastronomía de la región.

Una de las celebraciones más importantes es la Fiesta de la Santa Cruz, se lleva a cabo del 1 al 5 de mayo y los habitantes suben hasta la cumbre de la peña para colocar una cruz, la cual perdura todo el año.

Se le otorgó la categoría de Pueblo Mágico en 2006.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 260 km / 3 h 40 min

MTY: MTY 750 km / 7 h 30 min

GDL: 406 km / 4 h 35 min



09 DUNAS DE YESO, COAHUILA

Este impresionante escenario es una verdadera maravilla de la naturaleza. Formado hace millones de años, tras la evaporación de las aguas del mar Tetis, –las cuales cubrían esta parte de Coahuila– quedaron los cristales de sulfato de calcio, mejor conocidos como yeso.

Disfruta del fantástico contraste entre las dunas blancas formadas por el viento y el limpio cielo azul. Sus 800 hectáreas se encuentran en conservación ambiental en el área protegida de Cuatro Ciénegas, pide apoyo a un guía turístico para ingresar a la zona.

El calor en el lugar es intenso, pues alcanza temperaturas de hasta 45 grados. Por ello se recomienda hacer recorridos por la mañana, antes de recibir los fuertes rayos del sol.

A finalizar tu caminata, visita las aguas de manantial Las Pozas, una increíble diversidad de fosas acuáticas en medio del desierto, comunicados entre ellos por ríos subterráneos.

Maravíllate de la Poza Azul, el principal atractivo con sus colores degradados en turquesas, azules y verdes. Así como su fauna única, entre ellos peces, reptiles y tortugas.

Recarga tu energía en este ecosistema extraordinario.

Ubicado a 18 kilómetros al suroeste de Cuatro Ciénegas.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 1,142 km / 12 h 26 min **MTY:** 300 km / 3 h 40 min **GDL:** 945 km / 11 h

AGUA

Es un elemento vital para el bienestar y la vida. Su estado líquido le da movilidad y adaptabilidad. Es el principal componente de ciertas zonas naturales como ríos y mares. En este último capítulo, incluimos tres destinos turísticos en México que se conforman principalmente de agua: una increíble playa luminiscente y dos cascadas excepcionales.

¡Qué fluya tu energía!



10 HIERVE EL AGUA, OAXACA

Entre un paisaje montañoso, colorido y completamente natural se encuentra este sistema de cascadas petrificadas, a 70 kilómetros de la ciudad de Oaxaca.

La creación de estas formaciones fue a partir del alto contenido de carbonato de calcio en el agua de la zona, que al fluir por las rocas durante miles de años, moldearon las cascadas.

Emprende una caminata por los senderos verdes que te guían a la cima del conjunto natural, también conocido como "Anfiteatro". En este lugar te esperan algunas pozas cristalinas con agua proveniente del subsuelo.

Hierve el Agua ha sido considerado sagrado por los antiguos zapotecos, cultura prehispánica que habitó la zona. Se cree que fue un sitio ceremonial para ellos, debido a su ubicación, altura, contrastes y formaciones únicas.

Además, el sitio atrae a muchos arqueólogos por la importancia en la agricultura local; lo conforma un sistema de riego basado en canales, construido y operado hace más de 2,500 años por los zapotecos.

Sin duda, es un lugar donde la energía emana.

También se les conoce como "cascadas de sal".



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 532 km / 7 h 35 min

MTY: 1,500 km / 15 h 40 min

GDL: 1,100 km / 12 h

11 CASCADAS AGUA AZUL, CHIAPAS

Visita el conjunto de cascadas más radiante que existe en el país. Se encuentra ubicado en el Parque Nacional Cascadas de Agua Azul, en el municipio de Tumbalá, a tan sólo 64 kilómetros de la ciudad de Palenque. Es un lugar inigualable en México, donde desembocan los afluentes de los ríos Shumuljá, Otulún y Tulijá.

Te sorprenderán los colores intensos de sus aguas, un efecto que se debe a la roca calcárea (compuesta de varios tipos de sedimentos como carbonato de calcio) por donde éstas pasan. Cuando la luz penetra en el agua, se filtran todos los colores menos el azul, el cual se refleja en la superficie con fantásticas tonalidades desde el índigo al celeste.

Desde 1980, el lugar fue declarado Zona de Protección Forestal y Refugio de Fauna Silvestre y más tarde Reserva Especial de la Biosfera, por tener vegetación y animales correspondiente a un bosque tropical.

Si eres amante de practicar actividades al aire libre, éste destino es perfecto para hacer excursionismo, caminatas, campismo, así como descensos en río, rafting o kayaking.

Vive un viaje color azul.

Carreteras de acceso por Palenque o San Cristóbal de las Casas.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 913 km / 12 h 32 min

MTY: 1,611 km / 22 h 20 min

GDL: 1,450 km / 17 h 30 min

12 XPICOB, CAMPECHE

La playa es uno de los destinos más visitados durante las vacaciones, pero imagínate estar dentro de un mar con luminiscencia (emisión de luz). Esto es posible en la playa Xpicob, escondida en la localidad de La Ensenada a menos de quince minutos de la ciudad de Campeche.

Cuenta también con un “Campamento Tortuguero”, pues se ha convertido en un punto para la reproducción y cría de las tortugas marinas, así como una importante zona protegida de esta especie.

El mar atraviesa un fenómeno natural durante las noches; se pinta con tonos plateados, verdosos y azulados.

A este suceso se le conoce como bioluminiscencia, generado por algunos

microorganismos que se encuentran en sus aguas, los cuales son sensibles al movimiento y desprenden luz.

Recuerda que entre menos luz, mejor podrás disfrutar de la “magia” de las aguas en Xpicob. Una de las ventajas es que el mar se encuentra pacífico la mayor parte del tiempo, el mejor momento para agitar con tus manos el agua y disfrutar de la luz.

Para acceder y admirar en plenitud el maravilloso fenómeno, te recomendamos buscar el apoyo de un guía turístico.

Sumérgete en esta aventura única.

Es un punto de protección para flora y fauna.



DISTANCIA EN KILÓMETROS Y HORAS SALIENDO DE:

CDMX: 1,113 km / 14 h 45 min

MTY: 1,811 km / 24 h

GDL: 1,650 km / 19 h 30 min

CON- CLUSIÓN

Hemos finalizado el recorrido por los cuatro elementos y doce fantásticos destinos turísticos para recargar la energía al máximo durante tus próximas vacaciones o viajes de placer.

Es momento de salir de la rutina y emprender un viaje en compañía de las personas que más quieres, o por qué no, contigo mismo. Es tiempo de vivir nuevas experiencias y conocer más de los increíbles destinos que nos ofrece México.

No importa la fecha en que decidas viajar, estamos seguros que estos lugares te sorprenderán con sus paisajes impactantes y atractivos mágicos.

Deja que la Energía que no se detiene te acompañe en tus mejores viajes.



BATERIAS A DOMICILIO *LTH (584)
Desde tu celular marca: 01 800 8358 400

