



MAGAZINE

SEPTIEMBRE 2021

VENEZUELA

GALIPANEANDO
... ANDO

OBTIENE
4 MEDALLAS
EN TOKIO 2020



VENEZUELA

YULIMAR ROJAS

ORO - TOKIO 2020



RÉCORD OLÍMPICO Y MUNDIAL
SALTO TRIPLE 15,67 MTS.



MAGAZINE

INDICE

SEPTIEMBRE 2021

03 Carta editorial

04 Yulimar Rojas obtiene medalla de ORO para Vzla

08 El Bio Magnetismo, es salud y calidad de Vida

12 ¿Sabes cuál es tu energía en el Amor?

14 El afro house

16 La procrastinación

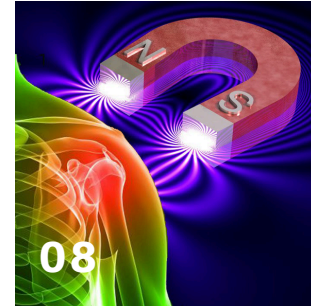
18 Preseas doradas para Venezuela

24 Galipaneando..ando

28 Reiventándonos en Venezuela



04



08



12



14



16



18



24



28



IP MEDIA GROUP

Caracas - Venezuela
ipmediagroup.ve@gmail.com

www.iptvdigital.com





CARTA EDITORIAL

Si pudiéramos dar un nombre a este editorial, ese nombre sería **gratitud**. Gratitud por la enorme receptividad que hemos recibido por parte de ustedes, quienes se han ido sumando en la medida que hacemos nuevas entregas, y es que nuestra **comunidad IP Magazine** crece exponencialmente. **Es un honor para nosotros ser fuente de información y de entretenimiento a una comunidad en crecimiento sostenido, esto nos motiva enormemente.**

También podríamos llamarnos en esta, nuestra cuarta entrega, **fiesta olímpica**, dado que hemos dedicado gran parte de nuestro espacio – con gran alegría y en la exquisita pluma de nuestro talento venezolano, el especialista en deportes y abogado Héctor Valor- al evento deportivo más antiguo e importante del mundo, las Olimpiadas de Tokio 2020, que del 23 de julio al 8 de agosto, fue el centro de atención de todo el planeta.

Nos hemos sumado a la alegría de acompañar a nuestros atletas, la delegación más pequeña en la historia de la participación venezolana en unos juegos olímpicos, y la más prometedora, en lo que concierne a la preparación de los atletas, quienes esta vez aceptaron con valentía el desafío de generarse sus propios medios para poder participar en esta fiesta deportiva.

Les invitamos a leer este número especial, dedicado en gran medida a este acontecimiento cuyo protagonismo venezolano es indiscutible por múltiples razones.

Continuamos trabajando para ustedes un equipo multidisciplinario de colaboradores que en cada nueva edición proporcionan artículos de altísima calidad y de interés general, un equipo de talentos cuyas múltiples voces pueden conocer a través de nuestra unidad de negocios hermana, **IP Radio digital, unidos en un espacio radial donde les esperamos 24/7 los 365 días del año.**

Y es que somos **IP Media Group, una multiplataforma de medios digitales, integrados por las unidades de negocios: IP Televisión, IP Radio, IP Producciones, IP Agencia de Medios y Comunicaciones, IP Blog Noticias y Prensa, e IP Magazine.**

Todos disponibles para ti en nuestro website www.iptvdigital.com
Gracias nuevamente por acompañarnos a crecer en todos nuestros ámbitos. ¡Seguimos!

Quiénes somos

PRESIDENTE

EDGAR AGUILERA R.

DIR. DE COMERCIALIZACIÓN

RUBEN CORONEL

EDITOR EN JEFE

CELINA MONCADA

DIR. DE ARTE

MALCON RODRIGUEZ

DISEÑADOR GRÁFICO

ISRAEL PARRA

CORRECTOR DE ESTILO

RICARDO PÉREZ

DISTRIBUCIÓN

IP MEDIA GROUP, C.A.

COLABORADORES

CELINA MONCADA - HECTOR VALOR - ALMA
UNDA - PERLA VIOLO - EUGENIA AROCHA -
BEBA VAN DEN BERG - JORGE PERAZA -
ARGENIS VERA - SOFIA MARTÍNEZ - JULIO
ROMERO - ANARIT LISBOA - BADIH SALMEN
- EDUARDO HERRERA - MORELLA GONZALEZ
- ENNIO COVA - FRANCYS ALEJANDRA -
JOSELIN VERA - OSCAR LOPEZ - TOMAS
PÉREZ - VERUSKA RANGEL - ALEJANDRO
ABAL - JOSÉ GUZMÁN - DANIEL STEPHEN -
JOSELIN VERA - LUIS MAZA - JORGE GÓMEZ

Miembro de IP Media Group



YULIMAR

ROJAS

HÉCTOR VALOR - @HECTORVALOR2

Yulimar Andrea Rojas Rodríguez nació en Caracas - Venezuela, el 21 de octubre de 1995, a los pocos años se mudó con su familia a Puerto La Cruz, Estado Anzoátegui donde creció y estudió.

En sus comienzos, el deporte que le interesaba era el voleibol impulsada por la clasificación alcanzada por la selección nacional de la disciplina a los Juegos Olímpicos de Pekín 2008.

Para cumplir su objetivo de convertirse en voleibolista, la entonces adolescente Yulimar se acercó al polideportivo de Puerto la Cruz, pero no existía entrenador en la región; no obstante, fue captada por los profesores de atletismo que reconocieron su buen biotipo, estatura y largas piernas para la práctica del salto alto, triple salto o salto largo.

A los 15 años participa en los XVIII Juegos Nacionales en el estado Lara, donde gana la prueba de salto alto con 1.70 metros. En el Campeonato Sudamericano Juvenil de Atletismo 2011 ganó la medalla de oro con un salto de 1,78 metros.

En los XVI Juegos Nacionales Estudiantiles de 2012, gana los 100 metros con vallas, con un tiempo de 14.81 segundos.

En 2015 logró el récord nacional en salto largo en el marco del Campeonato Nacional de Venezuela con de 6,57 metros. Desde entonces, Yulimar se ha establecido como la mejor saltadora del país. Los inicios de Yulimar Rojas en el atletismo vinieron de la mano del Profesor Jesús Velásquez "El Tuqueque", fue éste quien la introdujo poco a poco en el Salto Triple.

En 2015 Yulimar decidió contactar, vía Facebook, a Iván Pedroso aquel legendario campeón olímpico cubano de longitud. La venezolana le escribió un privado preguntándole si le veía potencial y si la podía entrenar. Pedroso le dijo que sí, pero que **ella tendría que ir a Guadalajara, a España, a entrenar. Desde ese momento, se comenzó a pulir el diamante llamado Yulimar Rojas** y en 2016 ya llegaron los primeros resultados.

El 14 de agosto de 2016 obtuvo la medalla de plata en triple salto en los Juegos Olímpicos de

Río de Janeiro, con marca de 14.98 metros, para ubicarse detrás de la colombiana Caterine Ibargüen.

El 7 de agosto de 2017 gana su primer campeonato mundial al aire libre venciendo en un duelo épico a Ibargüen, bicampeona mundial y vigente campeona olímpica, y convirtiéndose en **la primera atleta venezolana de la historia en conseguir una medalla de oro en dicho certamen.**

El 9 de agosto de 2019 obtiene la medalla de oro de triple salto en los Juegos Panamericanos de Lima 2019 alcanzando una distancia de 15.11 metros, rompiendo el récord anterior de 14.92 metros logrado por Ibargüen y su marca personal de 15.06 metros.

Unas semanas después, en un mitin celebrado en Andújar (España), consiguió un **salto de 15.41 metros, segunda mejor marca mundial de todos los tiempos.** Un mes más tarde consiguió casi repetir su marca en el Campeonato Mundial de Doha, lo que le reportó una nueva medalla de oro.

El 21 de febrero de 2020, en el Meeting de Madrid, batió el récord mundial de salto triple bajo techo, con una extraordinaria marca de 15,43 metros y superando el récord anterior de 15,36 que había obtenido la rusa Tatiana Lebedeva en 2004.

En noviembre de ese mismo año **fue nominada a los premios World Athletics 2020**, evento donde también estuvieron nominadas las neerlandesas Femke Bol y Sifan Hassan y las etíopes Letesenbet Gidey y Ababel Yeshaneh. También, las kenianas Peres Jepchirchir, Faith Kipyegon y Hellen Obiri. Asimismo, la británica Laura Muir y la jamaicana Elaine Thompson-Herah.

Yulimar Rojas había ganado todo en el contexto del Atletismo Mundial; bueno, casi todo, le faltaba ganar la medalla de oro en los Juegos Olímpicos. A tal efecto, no tenía rivales para obtener la tan anhelada presea dorada, **el único adversario que impidió su coronación fue la pandemia del Covid – 19.**



Los juegos Olímpicos Tokio 2020 fueron suspendidos y pospuestos para el año 2021, la espera se extendía por un año más y así lo asimiló la atleta y todo su equipo de trabajo. Es así como llega el día de la competencia en su fase clasificatoria y **Yulimar clasificó a la Final con tan solo un salto, 14.77** fue suficiente para que Yulimar se fuera a las duchas a esperar por sus rivales en la tan ansiada etapa decisiva del Salto Triple de los Juegos Olímpicos.

Desde el primer minuto en que salió a competir en la Final en el estadio nacional de Tokio, Yulimar Rojas estaba sola contra sí misma.

Arrancó rompiendo el récord olímpico con un sólido 15,41 metros, dejando a sus rivales tan atrás que ya solo frente a ella tenía una meta: seguir superándose, habiéndose asegurado ya una medalla.

Y lo hizo, sumando además un récord mundial. Su emoción se contagió pronto a todo el estadio, ella fue la única atleta que consiguió poner a los pocos presentes en las gradas en pie en todo momento, aplaudiéndola mientras corría para hacer historia, con una fuerza que muchos, desde las gradas, tildaban de sobrehumana.

En su sexto salto alcanzó una distancia de 15,67 metros, rompiendo su propio récord olímpico y estableciendo un nuevo récord mundial en la disciplina al superar la marca de 15,50 metros impuesta por la ucraniana Inessa Kravets en 1995. De esta forma **Yulimar Rojas obtuvo la medalla de oro de salto triple en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020.**

Rojas se convirtió en **la primera atleta venezolana en convertirse en campeona olímpica.** El podio lo completaron, la representante de Portugal Patricia Mamona, medalla de plata con un salto de 15,01 metros



y nuevo récord nacional para su país y Ana Peleteiro, de España, ganadora del bronce con una marca de 14,87 metros e igualmente récord nacional para su país.

La venezolana, ha alcanzado cuatro títulos mundiales en salto triple y dos medallas olímpicas, una de plata en Río 2016 y la de oro que acaba de obtener Tokio.

Su excepcional desempeño en las pistas la ha llevado a entrar en la **élite histórica del salto triple.** Sus dos campeonatos mundiales al aire libre y dos en pista cubierta la igualan con la mítica saltadora rusa Tatyana Lébedeva, como las únicas en esta disciplina en hacerlo.

Venezuela celebra la victoria de la mejor atleta en la Historia del Salto Triple y no es otra que YULIMAR ROJAS, ORGULLO DE VENEZUELA.

Récord Olímpico de 15,41 mts

Récord Mundial de 15,67 mts

Medalla de ORO

La Evolución de Yulimar



EEUU	12.99 m	Campeonato Mundial Junio - 2014
URUGUAY	13.35 m	Sub-23 Campeonato Sudamericano - 2014
MEXICO	13.54 m	Juegos Centroamericanos y del Caribe - 2014
PERU	14.14 m	Campeonato Sudamericano - 2015
EEUU	14.41 m	Campeonato Mundial en Pista Cubierta - 2016
BRASIL	14.98 m	Juegos Olímpicos Río - 2016
REINO UNIDO	14.91 m	Campeonato Mundial - 2017
REINO UNIDO	14.63 m	Campeonato Mundial en Pista Cubierta - 2018
PERU	15.11 m	Juegos Panamericanos - 2019
CATAR	15.37 m	Campeonato Mundial - 2019
ESPAÑA	14.71 m	Campeonato municipal - 2020
ESPAÑA	15.43 m	Campeonato municipal - 2020
JAPON	15.67 m WR	Juegos Olímpicos Tokio 2020 - 2021



X-TALES POR: STAYFREE

CAPITULO I - EN LA CASA DE LA MAGDALENA.

-Ya casi es hora de que vengan los hombres Abi, todas las chicas estamos ya comiendo ¿acaso no piensas trabajar hoy? – -dijo María- mientras terminaba de comer un pedazo de pollo y recibía más vino en su vaso. Las demás mujeres comían, mientras Abi al mismo tiempo que servía vino perfumaba los cabellos de las mujeres y retocaba tanto sus ropajes como sus peinados y alhajas. Abi lentamente dejo la jarra de vino y limpiando la mesa contigua de espaldas, tratando de que no vieran sus lágrimas las mujeres y haciendo un gran esfuerzo para que no se notara ningún rasgo de pesar en su voz respondió – Señora mía me encuentro indispuesta esta noche para trabajar, confiando en la benevolencia de su merced, me gustaría recostarme en el ático, puesto que sé que esta noche es de fiesta y las alcobas todas están copadas incluso la mía- María salto de la silla y volteo a Abi dándole un abrazo, las demás mujeres la siguieron y María dijo – Niña mía ¿Qué es todo esto? ¡Oh Dios mío! ¿Acaso te has contagiado de algo? – Las demás mujeres acariciaban a Abi como a una niña y una de estas dijo – ¡Pero esto es una cosa nunca vista antes! Que hasta la más devoradora e insaciable y también la más buscada de nuestra casa por sus atenciones y deliciosos secretos ¡Se cansa! Chicas estamos en las puertas de un pequeño motín por parte de la clientela, y lo peor es que ninguna de nosotras sabemos él porque de los secretos de Abi, cariño ¿tú sabes escribir?

Danos tus secretos Abi de igual modo aquí ninguna de nosotras sabe leer – risas- María se sirvió ella misma un vaso de vino – claro que tienes tu permiso Abi, pero solo esta noche, no puedo permitirme una deserción de mi la joya más preciosa de mi casa. Tu bien sabes que hasta yo me siento celosa de ti, pero vamos niña péiname este rizo primero y luego vete a descansar. Abi apresuradamente peino el rizo, mientras comenzaban a escucharse aplausos fuera de la casa- No se te ocurra abrir la puerta Abi, puesto que si no trabajas hoy tus clientes se molestaran, es mejor que subas de inmediato al ático, si no quieres ejercer de portera toda la noche- -dijo María- a lo que Abi respondió con una carrera por las escaleras que llevaban al pequeño cuarto en el ático de la casa.

EL EUNUCO ESTA BASADO EN UNA LEYENDA. AL LLEGAR LOS TEMPLARIOS A JERUSALEN SE ENCONTARON CON LA NOTICIA DE QUE JESUS HABIA NACIDO CON UN HERMANO GEMELO, UN VIDEO SOBRE LA VIDA DE MARIA MAGDALENA NOS ILUSTR VARIOS EVENTOS QUE CULMINAN CON ORDENACION UNA PINTURA DEL FRANCES NICOLAS POUSSIN, EN DONDE APARECE EL HIPOTETICO HERMANO DEL SALVADOR DEL MUNDO. UN ROSARIO DE INVESTIGACIONES, ALGUNOS DATOS HISTORICOS SOBRE LA VIDA E LOS EUNUCOS EN INDIA, EN LOS TIEMPOS DE JESUS Y EN LA ACTUALIDAD, INSPIRAN ESTE RELATO DEJANDO ABIERTA LA POSIBILIDAD EN SUS MENTES DE QUE EN LA HISTORIA DE ESTE PLANETA LA HISTORIA MAS FAMOSA DE TODAS AQUELLA QUE NOS ILUSTR LA VIDA DE JESUS SIEMPRE SERA LA MAYOR FUENTE DE INSPIRACION PARA TODOS LOS ESCRITORES DEL MUNDO.

Mientras se colocaba un chal por ser una noche fresca, miraba las antorchas de la calle y las figuras de personas en sus labores de casa que dentro de las luces de las velas se desdibujaban por todos lados. Un cielo estrellado y despejado abrieron el corazón de Abi y esta lloro desconsoladamente por horas en la pequeña ventana. - ¿Por qué todo esto? No me quejo de mi vida pero sé que esta pudo ser distinta ¿ por qué desde las alturas se permitió que fuese arracada de mi tierra madre como junco o papiro para luego ser lanzada sin protección alguna a la acequia de una vida inmunda? Y se desplomo a llorar en una especie de colchón de paja y ropa vieja y sucia, Abi pensó en suicidarse tomo una daga y se disponía a metérsela en el estómago cuando un grito de horror y una mano delicada pero fuerte la detuvo y la lanzo al piso, Abi soltó un sonido seco mientras lloraba y gritaba el nombre de José que se escuchó por toda la casa, causando distorsión en las encuentros sexuales que se llevaban a cabo allí, los hombres se quejaban de los gritos y las mujeres les seducían de nuevo para terminar con las copulas, sin embargo estos se quejaban negándose a regresar a las habitaciones hasta que se les explicara que significaban todos esos gritos. - Levántate Abi, dime que te sucede- - dijo María mostrándose conciliadora y tenaz- mientras tanto Abi fuera de sí solo repetía el nombre de José a gritos - cállate cállate cállate - - grito María y al no encontrar respuesta abofeteo varias veces a Abi que seguía gritando, desesperada entonces María observo un envase que servía para contener el agua de una gotera y se lo lanzo a Abi,

está en un último grito volvió en si con un llanto desconsolado y corrió a abrazar a María - Abi estoy de trabajando ¡niña! me vas a dañar mis ropajes, por favor has silencio y hablamos luego, estate quieta, cuando los hombres se cansen estaremos aquí todas y cualquier cosa que te esté pasando vendremos y te apoyaremos.¡ Pero ahora! solo prométeme que te quedaras en silencio y procuraras dormir- mientras María cerraba la puerta Abi balbuceo un - Si Señora- a lo que María con un tono de que estaba a punto de perder la paciencia grito - Duermete- Abi entonces se recostó en el pedazo de cama y se quedó dormida. Mientras los hombres esperaban malhumorados, María les tranquilizo diciendo - Traquilos mis huéspedes amados es solo Abi que esta noche esta indispuesta por una fiebre, les invito a seguir en sus faenas y de mi parte vino para todos- Los hombres comenzaron a acariciar a las mujeres y estas las llevaron a sus aposentos, durante toda la noche solo se escucharon ronroneos y gemidos ardientes dentro de la casa. La mañana siguiente todas las mujeres visiblemente cansadas, pero muy preocupadas, subieron al ático con frutas y esencias para que Abi desayunara, María la despertó con un toque de mejilla y las chicas ofrecieron el banquete mientras peinaban y acicalaban con perfumes y mimos a su compañera. - Abi que noche la de anoche ¡Mujer! Que difícil es entrar en un clímax cuando se piensa en una compañera turbada, aunque para ser sincera esto me dio más impulso creo que anoche pude ser casi igual a ti, no les parece chicas- - Dijo María y todas las mujeres se rieron-

Entonces una mujer que sobaba los delicados pies de Abi con aceites le dijo – Una puta nunca tiene secretos con sus amigas así que es hora de que nos cuentes tus angustias- Abi hizo un puchero y comenzaba a llorar cuando una de las mujeres le tapó la boca con un pedazo de manzana e hizo que se lo tragara le roció luego una cuchara de miel en los labios y dijo – Sin amarguras cariño, estamos aquí contigo para expulsar ese demonio de dolor, no para unirnos a el- Entonces Abi seco sus lágrimas y empezó a contar una historia. Mi verdadero nombre es Lenel y soy samaritano, hoy es el cumpleaños del primer amor de mi vida su nombre es José hoy hace 20 años salimos a pastar las ovejas de la gente del pueblo en las cercanías del monte Gerizín y mientras nos besábamos, llegaron unos corsarios griegos y nos golpearon y nos violaron. A José le dieron una paliza y uno de esos hombres le corto el brazo con su espada y lo dejo ahí tirado, a mí me siguieron violando y golpeándome durante todo el viaje hasta que casi morí, desperté entonces en Jerusalem y fui vendido a unos romanos, estos me llevaron a un asilo con otros niños y ahí nos castraron, fue horrible puesto que los brebajes no surtieron efectos en mí y casi morí del dolor y la hemorragia en

mis genitales, de 300 niños solo sobrevivimos dos.Desde entonces fui enseñado no para servir a ningun dios si no para servir al instinto animal de los hombres más perversos, siempre callé mi pasado y tampoco ustedes sabían que yo era un eunuco, todos mis clientes me han respetado mi secreto, es por eso que vienen tanto a por mí- Algunas de las mujeres se apartaron de Abi con asco, mientras otras abrieron los ojos con sorpresa y la animaron a que les mostrara su sexo y las marcas de la castración, Abi no accedió y se tapó con las sabanas de la camucha – Interesante historia Abi, sin embargo sigues siendo la puta más renombrada de esta casa después de mí y te amamos y respetamos “Mujer del mal vivir” como nosotras no es cierto chicas” Y todas las mujeres celebraron. Mientras tanto en las cercanías de la casa se escuchaban loas al Creador y María se asomó y vio a un hombre pasar por las calles entre una multitud y este la miro. Entonces en la casa hubo un terremoto feroz y entre gritos y utensilios cayendo al piso María abrió su boca y salieron moscas gusanos ranas murciélagos y serpientes, las mujeres horrorizadas ante tan horrorosa escena gritaban mientras María cayó al suelo como muerta.



the top 5 Billboard

Good 4 U
Olivia Rodrigo



Stay
The Kid LAROI & Justin Bieber



Levitating
Dua Lipa Featuring DaBaby



Butter
BTS



Bad Habits
Ed Sheeran



NUMEROLOGÍA

¿SABES CUAL ES TU ENERGIA EN EL AMOR? DESCUBRE COMO AMAS

UN TOQUE MÍSTICO

POR: EUGENIA AROCHA - NUMERÓLOGA EMOCIONAL

De acuerdo a nuestro Día de Nacimiento, tenemos una energía numérica que nos acompaña desde el momento que nacemos, esta energía define nuestra personalidad y conocerla nos permite aprovechar esa influencia y poner en sintonía nuestra vida hacia nuestro destino. **¿Te has preguntado cuál es tu lema en el Amor? Para saber la energía de como amas, solo tenemos que sumar tu Día de Nacimiento y transformarlo en un solo dígito.**

Aquí tienes tu lema en el Amor, según tu día de nacimiento:

Si naciste un 1, 10, 19 o 28 de cualquier mes, tu lema es: Te amo, pero estoy Segura(o) de que voy a encontrar una persona mejor que tú.

Si naciste un 2, o 20 de cualquier mes, tu Lema es: Te amo, soy capaz de dejar todo y a todos por este gran amor, ya que contigo me basta.

Si naciste un 3, 12, 21 o 30 de cualquier mes, tu lema es: Te amo, todos tus deseos serán cumplidos por mí y recuerda que nadie te amara más que yo.

IG: @SER_TU_Y_ALGO_MAS

Si naciste un 4, 13 o 31 de cualquier mes, tu lema es: Te amo, tu eres mi tierra, aquí me arraigo contigo.

Si naciste un 5, 14 o 23 de cualquier mes, tu lema es: Te amo, aunque yo sé que nuestro amor sea prohibido y tenga que ser clandestino para siempre.



Si naciste un **6, 15 o 24** de cualquier mes, tu lema es: Te amo, eres mi amor perfecto, yo doy mi vida por ti, tus necesidades son órdenes.

Si naciste un **7, 16, o 25** de cualquier mes, tu lema es: Te amo, pero te pido tiempo para saber si este es mi lugar, solo quiero ser tu cómplice.

Si naciste un **11, o 29** de cualquier mes, tu lema es: Te amo, y vivo en el sueño mágico que cree para nuestro amor, una burbuja de amor.

Si naciste un **22** de cualquier mes, tu lema es: Te amo, me perteneces y junto a mi serás la mejor persona de este mundo.



Te invito a sintonizar todos
los Martes y Jueves de 4 a
5pm donde estaré en mi
programa radial
"Un Toque Místico" con
Eugenia y alguien más



Para mayor información,
visita mi página web
www.numerologiaemocional.com



afro house

Por: María Fernanda y Johan Peña / Fusión Animal

La fusión de estilos del **House a principio de los 80 dio origen a lo que luego devino en el Afro House y el Tribal, géneros que posteriormente comenzaron a sonar de forma fija en los clubs más célebres del mundo.**

El **Afro House** es un género que nace en Sudáfrica, y tiene un sonido único, con múltiples capas de percusión y ritmos indígenas y tribales.

Aunque surge en el Continente Negro, **sus ecos resuenan por el mundo, en especial en Amsterdam, Dubai y Croacia**, por ejemplo.

Como sucede con casi todos los géneros, **el afro house también se ha fusionado con el house de Chicago y Nueva York**, obteniendo así un estilo más sofisticado.

Por otra parte, el Tecno Tribal es una variación del tema de fusión étnica, que va ganando popularidad entre artistas progresivos de la electro-acústica, que están fascinados con la idea de combinar las expresiones primigenias de la humanidad y sus instrumentos aborígenes con la tecnología musical más avanzada.

Los instrumentos no se limitan a África, sino que también suenan los de **Australia, Norte y Suramérica, mezclados con la sofisticación de la música electrónica.**

Se requiere de una gran habilidad y también de una sensibilidad especial para que la música no termine sonando como una parodia de las culturas de las cuales se alimentan estos géneros.

La idea de ambos géneros es mezclar la música tradicional de todo el mundo para unirla con la música electrónica y crear así un ritmo que suena como el **deep house, pero con el ingrediente étnico**, generalmente en forma de percusión o mediante el uso de tambores bongó, flautas o el didjeridú, entre otros instrumentos.

Las voces y cánticos ancestrales de infinidad de culturas se mezclan también en estas producciones, lo que les otorga un toque místico a estas encantadoras musicalizaciones que día a día van ganando popularidad y fans por todo el mundo.



RADIO

Miembro de IP Media Group

CALENDARIO

**AGOSTO
2021**

TOP 5

Miembro de IP Media Group

RADIO

ON AIR RADIO EN VIVO

ip_tvdigital

Cocktail de Marcas

cocktaildemarcas1

www.iptvdigital.com/radio

#Conexiónip

Miembro de IP Media Group

RADIO

ON AIR RADIO EN VIVO

ip_tvdigital

TIEMPO DE LIDERAZGO

tiempodeliderazgo

www.iptvdigital.com/radio

#Conexiónip

Miembro de IP Media Group

RADIO

ON AIR RADIO EN VIVO

DIASPORA

Stargate

www.iptvdigital.com/radio

#Conexiónip

Miembro de IP Media Group

RADIO

ON AIR RADIO EN VIVO

Entre tu mundo y el mío

www.iptvdigital.com/radio

#Conexiónip

Miembro de IP Media Group

RADIO

ON AIR RADIO EN VIVO

champagne superpodcast

www.iptvdigital.com/radio

#Conexiónip

www.iptvdigital.com/radio

#Conexiónip

PROCRASTINACIÓN



POR JORGE PERAZA / TIEMPO DE LIDERAZGO

Comencemos definiendo qué es la **procrastinación**. La palabra procrastinar se ha puesto muy de moda en los últimos años. Proviene del latín “procrastinare” y significa dejar para otro día las cosas que sabes que tienes que hacer en el presente.

Procrastinación, ese extraño síndrome consiste en la acción o hábito de retrasar actividades, sustituyéndolas por otras menos relevantes, en ocasiones más placenteras.

Sinónimo de postergación o posposición.

Por ejemplo, procrastinas cuando en lugar de hacer ese informe importante en el trabajo que te ha pedido tu jefe (y que te resulta muy tedioso y exigente) decides hacer otra tarea más sencilla y que te parece más gratificante, postergando el inicio del informe a otro momento en que tengas más energías.

También, procrastinas cuando sabes que tienes que prepararte un examen en los próximos días. Sin embargo, te pones delante de los libros y en lugar de empezar a estudiar pierdes el tiempo en las redes sociales o consultando las últimas noticias del periódico o de un blog que te divierte.

Diversas encuestas apuntan a que el 95% de las personas tienden a dejar para después alguna actividad. Además, algo curioso es que procrastinar no solamente se refiere dejar una tarea pendiente, sino hacerlo de manera consciente a sabiendas de que obrar así nos perjudicará.

¿Sabían ustedes que podemos usar la procrastinación a nuestro favor en nuestro liderazgo?

Ya sea como líder de una empresa o de un equipo de trabajo, dejar las cosas para después puede resultar en una buena idea. Seguro se preguntaran cómo es posible eso.

Sencillo, toma en cuenta que el recurso máspreciado, tu tiempo, es limitado y no puedes resolverlo todo. Así que, si un día un colaborador acude a ti para preguntarte o pedirte un consejo sobre un determinado problema, puedes decirle que se reunirán más tarde con el fin de abordar la situación.

En el mejor de los casos, el compañero buscará información por su cuenta y encontrará la solución.

Claves para dejar de procrastinar:

•**Deja las excusas** para no empezar ¡ya!, sobre todo aquella de “trabajo mejor bajo presión”. En realidad, lo que ocurre es que te has acostumbrado a trabajar así.

•**Divide la tarea en micro tareas.** Busca el equilibrio entre las tareas que te resultan más tediosas, aburridas o se te dan peor con las que te satisfacen y te resultan más agradables de realizar.

•**Analízate y descubre lo que te retrasa.** En cuanto reconozcas qué te demora será el principio para cambiar de hábito, te puede servir la herramienta.

•**Evita o minimiza las distracciones** porque dificultarán tu concentración, lo que reduce la productividad siempre.

•**Ponle fecha límite (o incluso hora)** a tus tareas (o micro tareas), de manera realista, valora cuánto tiempo necesitarás para realizar eso que tienes que hacer para alcanzar tu objetivo en la fecha definida.

•**Incluye pequeñas recompensas** para motivarte cada vez que consigas finalizar

tareas especialmente importantes y que no son de tu agrado. Esto te ayudará a dejar de procrastinar la próxima vez.

¿Sabias que el apóstol Pablo escribe en Efesios 5:16: **“Aprovechen bien el tiempo, porque los días son malos”**. El contexto de este versículo es invitarnos a no dejar pasar ninguna oportunidad de hacer lo correcto.

La procrastinación es un agujero negro para tu productividad. Evitar caer en la misma y aprender a combatirla es fundamental, sobre todo en estos meses de pandemia.

Así que ya saben amigos, **postergar**, es uno de los problemas más frecuentes en nuestra sociedad, tanto en los niños como en los adultos. Este es el método de excusas más fáciles para dejar de hacer las cosas, bien sea en la parte laboral como en lo personal, queremos dejar de hacer todo para otro día. **Cuidémonos de caer en esta conducta que perjudica nuestro liderazgo.**

“La vocación de un líder es servir”.
Bendiciones, nos leemos en la próxima emisión...

TIEMPO DE LIDERAZGO



Venezuela Medallista

POR : HÉCTOR VALOR

La delegación venezolana finalizó los Juegos Olímpicos en Tokio 2020 con la mejor participación en toda su historia. Luego de transcurridos algunos días de su finalización llegó el momento de hacer el acostumbrado balance de los logros y vicisitudes de nuestra selección.

Cuatro medallas logradas para una delegación venezolana en unos Juegos Olímpicos es un hecho sin precedentes en la historia deportiva del país, de entrada ya es todo un éxito, sobre todo para una selección compuesta por tan **solo 43 atletas**.

Yulimar Rojas, Daniel Dhers, Julio Mayora y Keydomar Vallenilla fueron los representantes venezolanos que lograron ganar medallas.

Venezuela además ganó **seis diplomas olímpicos** por intermedio de **Anriquelis Barrios, Naryury Pérez, Yusleidy Figueroa, Robeilys Peinado, Claudymar Garcés y Antonio Díaz**.

**4 PRESEAS PARA
VENEZUELA**

*"y 6 Diplomas
Olímpicos en
Tokio 2020"*





La fiesta de las medallas en Tokio la inició **Julio Mayora** en los 73 Kg, quien logró **346 kilogramos en total (156 kg en arranque y 190 kg en envión)**, siendo una de las actuaciones más descollante hecha por un venezolano en su categoría.

Mayora tenía 10 años cuando empezó a practicar la halterofilia. Su entrenador lo motivó a dejar el fútbol e incursionar en las pesas, decisión que sin duda fue la correcta y sus triunfos son prueba de ello.

Continuó trabajando año tras año hasta tener un ciclo maravilloso. Logró oro en los Juegos Bolivarianos de Santa Marta, Suramericanos de Cochabamba, Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla y Panamericanos de Lima.



Luego, debido a la pandemia, viajó a la República Dominicana para prepararse durante ocho meses y finalmente levantar un total de 346 Kg en competencia para conquistar la plata en Tokio 2020.

Keydomar Vallenilla hizo lo propio y con tan solo 21 años ya tiene su primera presea olímpica. El caraqueño levantó 387 Kg para alzar el estandarte venezolano en el podio del levantamiento de pesas 96 Kg.

Con estas dos medallas de plata en halterofilia y el bronce levantado por **Israel Rubio** en Atenas 2004, son tres las alcanzadas por Venezuela en esta disciplina.



Luego, vino el turno de **Daniel Dhers** quien apenas seis horas previas al oro de Yulimar Rojas, **consiguió la presea de plata al conseguir en el BMX estilo libre la marca de 92,05**. Una carrera con más de 20 años, un total de cinco XGames, además del oro Panamericano en Lima 2019, dieron sus frutos para concluir en Medalla Plata olímpica en Tokio.

Luego vino **el momento soñado y esperado por toda Venezuela, la participación de Yulimar Rojas** en la Final del Salto Triple en Los Juegos Olímpicos Tokio 2020. El primer salto de Yulimar fue de 15,41 metros, con lo cual se guardaba, prácticamente, la Medalla de Oro en el bolsillo, salto que además significaba nuevo récord olímpico para la prueba. **En su sexto salto alcanzó una distancia de 15,67 metros, rompiendo su propio récord olímpico y estableciendo un nuevo récord mundial en la disciplina** al superar la marca de 15,50 metros impuesta por la ucraniana Inessa Kravets en 1995. De esta forma Yulimar Rojas obtuvo la medalla de oro de salto triple en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020.

Desde ese momento, Yulimar Rojas pasa a ser una competidora legendaria, además de ser la primera mujer venezolana en colgarse el oro, también se convierte en la primer atleta (hombre o mujer) en ganar dos medallas en juegos consecutivos.

Yulimar Rojas tuvo un ciclo olímpico fuera de serie, desde su medalla de plata en Río 2016, capitalizó una racha dominante conquistando los primeros lugares o preseas doradas en el Campeonato Mundial de Atletismo de Londres 2017 (14.91m), Campeonato Mundial de Atletismo en Pista

Cubierta de Madrid 2020 (15.43m), que significó Récord Mundial en este tipo de escenario.

Con esta actuación, Venezuela llega a un total de 21 medallas ganadas en su historial de 19 participaciones en la justa deportiva más importante del mundo, esto **la ubica en el puesto 64 de 211 naciones que han formado parte de la justa**.

Las otras preseas han sido, las doradas de Francisco "Morochito" Rodríguez en boxeo, en Ciudad de México 68; Arlindo Gouveia en Taekwondo en Barcelona 92, que en ese momento era deporte de exhibición pero que luego el Comité Olímpico Internacional (COI) decretó válida para el historial, además de la alcanzada por el esgrimista Rubén Limardo en Londres 2012, ahora se suma la de Yulimar Rojas en Tokio 2020.

Las de Plata han sido cosechadas por los boxeadores Pedro Gamarro en Montreal 76 y Bernardo Piñango en Moscú 80; la saltadora Yulimar Rojas en Río 2014 y el pugilista Yoel Finol quien en esta justa había logrado el bronce pero luego el COI le otorgó la de plata tras descubrirse positivo en el uso de sustancias prohibidas al competidor ruso Mijaíl Aloyán, además los levantadores de pesas Julio Mayora y Keydomar Vallenilla y Daniel Dhers en BMX free style en Tokio 2020

Las de Bronce han sido de Asnoldo Devonish en salto triple en Helsinki 52; el tirador Enrico Forcella en Roma 60; Rafael Vidal en natación en Los Ángeles 84; en boxeo también en Los Ángeles 84; los



pugilistas Omar Catarí y Marcelino Bolívar; la taekwondista Adriana Carmona logró dos, una en Barcelona 92 siendo de exhibición en ese momento, luego oficial por el COI y cosechó su segunda en Atenas 2004, la también taekwondista Dalia Contreras en Beijing 2008 y la ciclista de BMX Stefany Hernández en Río 2016.

Diplomas Olímpicos.

De las proyecciones a medallas que no llegaron a materializarse, pero sin embargo lograron situarse entre los mejores del mundo y se adjudicaron un diploma olímpico fueron la judoca Anrriquelis Barrios y el karateca Antonio Díaz, quienes finalizaron en la quinta y cuarta plaza de sus disciplinas.

Barrios se proyecta como una de las noveles

atletas que podría lograr un podio en los próximos Juegos de París 2024, en tanto Díaz, disfrutó a plenitud su primera y única justa olímpica, dado que con su participación en Tokio 2020 dio por terminada su carrera como deportista de Alto Rendimiento.

Además de los diplomas ganados por Barrios y Díaz, también dejaron muy buenas sensaciones Robeilys Peinado en el salto con garrocha, Naryury Pérez y Yusleidy Figueroa en las pesas, además de Claudymar Garcés, quienes también se hicieron acreedoras de uno de estos pergaminos en la cita universal del deporte.

Tokio 2020 pasará a ser la referencia de la mejor participación de Venezuela en citas olímpicas tras la cosecha de un oro y tres medallas de plata que le permitieron situarse

en el puesto 46 del medallero que lideró Estados Unidos con 39 preseas doradas, 41 de plata y 33 de bronce, para totalizar 113 metales.

De esta manera la delegación criolla superó la actuación de Rio 2016 donde se lograron tres medallas gracias a las platas que aportaron el boxeador Yoel Finol y Yulimar Rojas en el salto triple, además del bronce conseguido por Stefany Hernández en el ciclismo BMX.

Desde la participación del ciclista Julio César León en Londres 1948, Venezuela ha dicho presente de allí en adelante a todas las citas olímpicas y a la fecha acumula 21 medallas.

Con estos resultados, Venezuela ahora ocupa

el sexto lugar en América Latina en lo que a cosecha dorada se refiere con cuatro, un ranking que lidera Cuba con 77, seguido de Brasil con 30, Argentina con 21, México con 13 y Colombia con cinco.

Más de 11.700 atletas se dieron cita en Japón, países como Rusia, Corea Del Norte y la República de Guinea no enviaron atletas a Tokio, el primero excluido por dopaje y los dos últimos renunciaron por la pandemia.

Culminan los Juegos Olímpicos Tokio 2020 y ahora es a "París 2024" que le toca recibir el testigo del nuevo ciclo olímpico, un ciclo de apenas 3 años en las que los atletas venezolanos buscarán, contra todo pronóstico, mejorar la excelente actuación en tierras asiáticas.



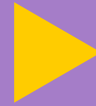


Creaciones Ciloy

GLORIA OLIVEIRA

+58 426-5156970

+58 0212-5156970





Galipaneando

@GALIPANEANDO

@ESPACIOGALIPANEANDO

@RANCHOPARAISOGALIPAN

+58 0414 152.73.14

Galipaneando Ando !!

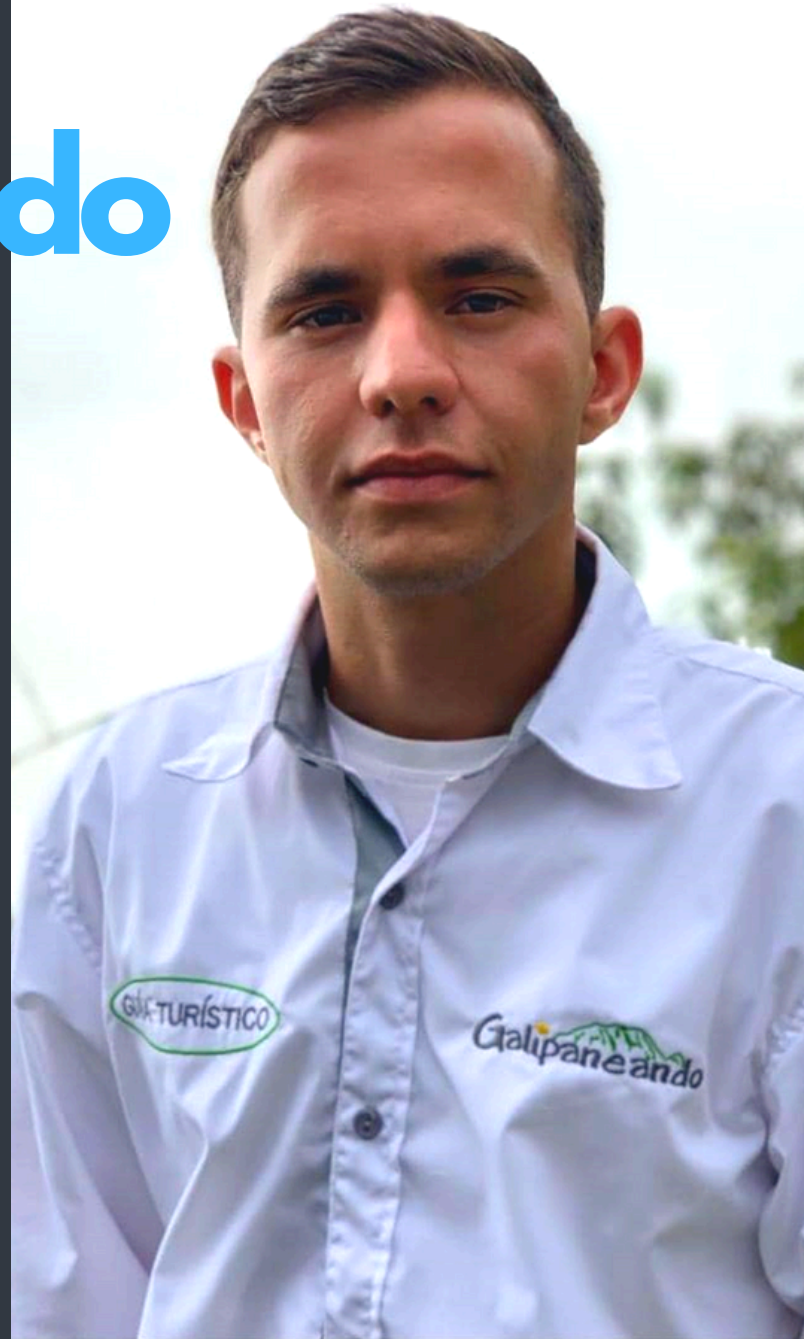
WALTER ROMERO - NUESTRAS MARAVILLAS

Galipán es un verdadero paraíso para los caraqueños. Anclado en las montañas portentosas del Waraira Repano, igualmente conocido como Parque Nacional El Ávila, es un pequeño pueblo con una hermosa vista a las playas del Estado la Guaira.

Con un clima muy fresco, entre 10° y 20°C, se caracteriza por ser un lugar mágico, con gente muy amable, hermosa flora y fauna, deliciosa gastronomía; en fin, se trata de un lugar único ubicado en nuestra gran Caracas, que les permite a los caraqueños encontrarse con la cultura del cerro que tanto veneran.

Para poder disfrutar de la belleza del Waraira, muchos turistas acuden a las empresas de turismo, y Nuestras Maravillas quiere en esta entrega hacer difusión a los servicios de la operadora turística nacional **"GALIPANEANDO"**. Queremos contarles cómo fue nuestra experiencia al disfrutar de sus servicios turísticos, que son de una variedad para todos los gustos.

Galipaneando es un lugar de encuentro, el punto de partida para todo el Ávila. Facilita la reservación en tu posada favorita, restaurante, o lo que requiera cada persona,



pareja o grupo familiar. Ha ideado paquetes y planes de disfrute a través de distintos modelos de servicios. Full day, half day, two day, excursiones, servicio de traslados y más.

El creador de **Galipaneando** es el joven emprendedor Venezolano Mario Guánchez, ingeniero mecánico egresado de la Universidad Simón Bolívar y nativo de la vertiente norte del Ávila, comenzó a trabajar en el sector de turismo a los 19 años

cubriendo la ruta de transporte público que va desde La Guaira hasta Galipán.

De esa manera, comenzó en el área turística. Guánchez le atribuye a sus estudios, las cualidades de poder dialogar sobre diversos temas con sus clientes.

La principal motivación de los visitantes al subir a Galipán es encontrarse con tres elementos claves: clima agradable, buena gastronomía y tranquilidad. **“Por eso, Galipaneando trabaja para satisfacer estas demandas”**, comenta Mario.

Cuando los turistas contratan el servicio de Galipaneando, se les indican diferentes combinaciones de servicios para elegir los de su preferencia. Así que dependerá del gusto de cada quien decidir qué hacer en la montaña.



Gracias al gran posicionamiento que ha logrado esta empresa, algunos vecinos quisieron seguir la misma forma de trabajo que viene haciendo este joven emprendedor, convirtiéndose en ejemplo e inspiración para los demás.

Galipaneando tiene una importante alianza con la Hacienda Rancho El Paraíso, un lugar donde sus visitantes podrán disfrutar de un ambiente VIP con piscina y parrillera.

“Ahora, más que asociarme con mi familia y sus posadas, me estoy asociando con la comunidad. No solo estoy ayudando a mi familia y no es solo un crecimiento personal, también estoy favoreciendo a Galipán”.

Galipaneando tiene como visión y objetivo consolidarse como la operadora turística por excelencia de Galipán, de manera que cuando los turistas piensen en el Ávila, piensen en **Galipaneando**.

@BYCAROLINEDESIGNSF

+58 414-6060683

+58 212-2510109



CAROLINE
DESIGNS

FASHION

REINVENTARNOS EN VENEZUELA

VIRGINIA TREYES - @VIRGINIATREYES

En nuestro programa radial **Serendipias**, q tuvimos el honor de contar con la presencia de un invitado muy especial, nuestro amigo **Jesús Rincón**, joven venezolano de 29 años, informático, amante del buceo y colaborador de la **App Koroto**.

Jesús está **“sembrado en Venezuela”**, como dice nuestra reconocida Valentina Quintero. Es admirador y seguidor de Charles Darwin, tomando para sí el concepto darwiniano de la adaptación al cambio, **“Las especies que sobreviven no son las más fuertes, sino aquellas que se adaptan mejor al cambio”**.

Luego de hacer un recorrido por algunas ciudades del mundo en las que tuvo oportunidades de trabajo (Santiago de Chile, Madrid, Ciudad de Panamá), Jesús decide regresar a Venezuela y, actualmente, trabaja en la **App Koroto, que es una plataforma alternativa y venezolana para realizar pagos electrónicos**.

Jesús nos cuenta en la entrevista que la razón para quedarse es su preferencia por Venezuela y su gente. Admite que no logró adaptarse a las culturas de los países que visitó ni a la manera de ser de sus habitantes, aún cuando en esos otros países se evidenciaba que lograría un desarrollo profesional con mejores ingresos. Apostó por quedarse en nuestro país.



En relación a la **App Koroto**, Jesús acota que se trata de una plataforma de pagos electrónicos de y para venezolanos, un sistema de pagos equiparable a PayPal o a Zelle, con la característica estar concebida con un marco jurídico y legal adaptado a la realidad venezolana.

Jesús está llevando adelante este proyecto de la App Koroto desde sus inicios, desarrollo y lanzamiento.

En estos tiempos de una complejidad especial en Venezuela, tenemos una tribu de emprendedores que están apostándole al país y a su recuperación a través del emprendimiento, de comprender los procesos de los mercados cambiantes y atípicos para adaptarse y reinventarse constantemente, evolucionando y adquiriendo nuevas fortalezas.

La pasión por el **buceo** profesional llevó a Jesús a prepararse, además, en esta área, culminando el nivel avanzado de esta disciplina, y por eso, le hemos preguntado qué ha significado el buceo para su vida y cómo le ha ayudado a reinventarse, a lo que Jesús señala que **el buceo es una de las experiencias más intensas de su vida.**

Cuenta la experiencia del curso avanzado de buceo en Chichiriviche, cuando le tocó llevar adelante una prueba solo, contaba únicamente con una brújula como instrumento de apoyo en la oscuridad de la noche. El mar estaba agitado y no contaba con visibilidad en lo absoluto.

“Cuando estas a merced del mar, de tu entrenamiento, lo llaman azul, si hacemos paralelismo con WhatsApp, el mar nos deja en azul”.

Jesús relata que fue uno de sus mayores aprendizajes, **“te toca controlar lo único que puedes controlar, a ti mismo, a tus**

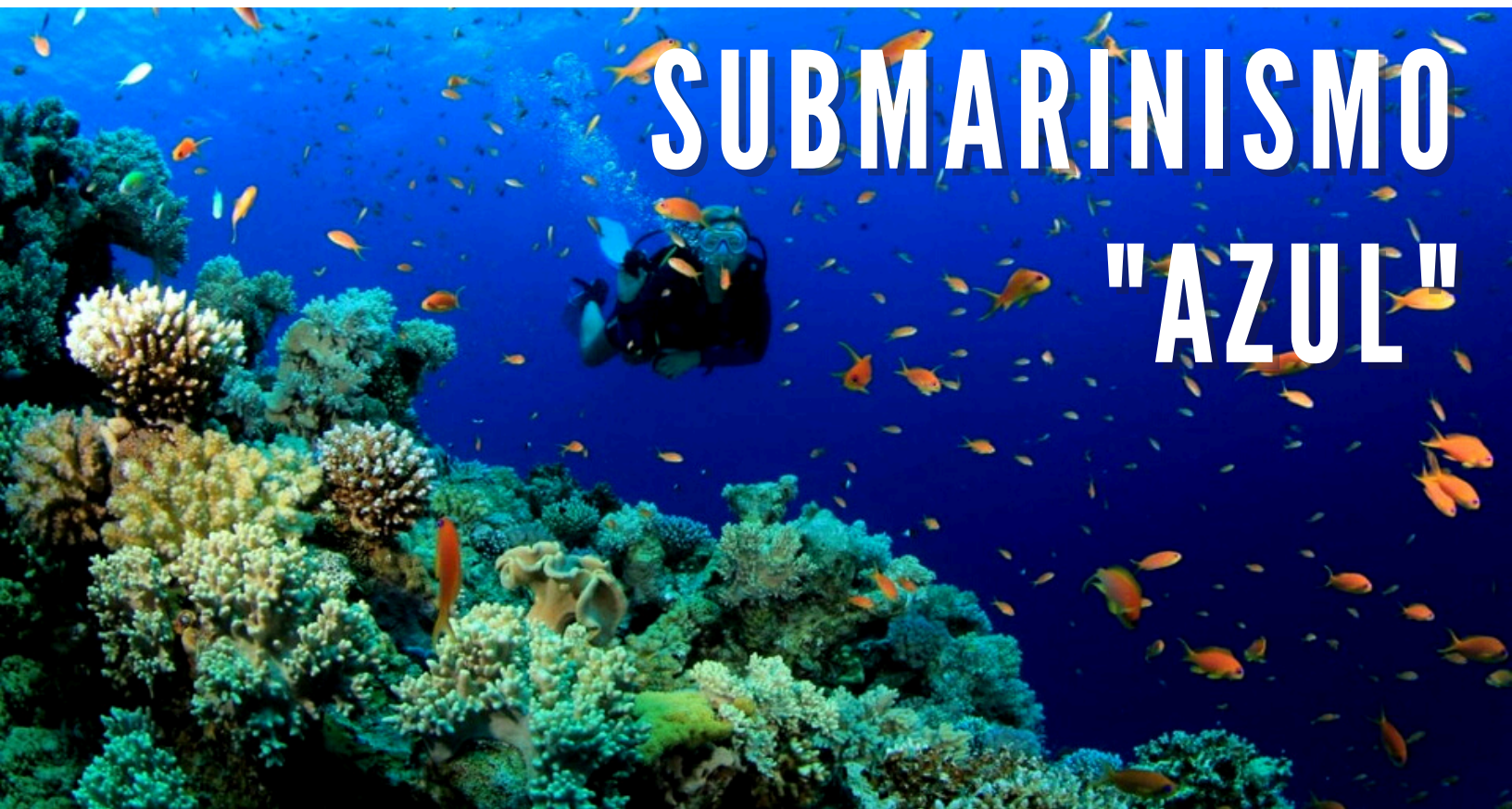
emociones, tus reacciones, tus pensamientos y tu impulso de sobrevivir. Allí toca reinventarse, ante lo desconocido”.

Si tomamos esta experiencia de Jesús, como aprendizaje de vida, lo único que verdaderamente podemos controlar es a nosotros mismos.

Solemos pensar erróneamente que podemos controlar los acontecimientos, así como a los resultados de nuestras acciones y a las personas, cuando la realidad nos enseña la importancia del autocontrol, y este proceso pasa por la aceptación de quiénes somos.

Aceptar la realidad que estamos viviendo, adaptarnos a los cambios de nuestro entorno, con una visión clara y enfocada de lo que queremos. En fin, reinventarnos.

Gracias Jesús Rincón por tu visita a Serendipias y por compartir con Paula y conmigo en este espacio, nuestro encuentro afortunado.



SUBMARINISMO

"AZUL"



MERCI TOKYO 2020 !
ありがとう、東京2020!

