Moon Rabbit

— ASIA MAG —

ASIA
FESTIVALES EN OTOÑO

CHINA
JENGIBRE EN TU DIETA

COREA
HANBOK TRADICIONAL

JAPÓN
PASEO POR AKIBAHARA

NO.3

@moonrabbit.com.mx

IOS OFFICES®
INTELLIGENT OFFICE SOLUTIONS

사무실 임대
레포르마 222

10m2 부터 임대 가능

연락처 (55) 12537000

36 business centers in 12 cities

01 800 3000 467 | www.iosoffices.com | info@iosoffices.com

Directorio

Arte

Leticia Proal
@letz.ab.universe

Jefa de Redacción

Anahí Vargas

Redes

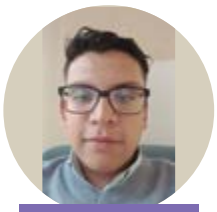
Shari Yañez
@mylifeasshari

Ventas

Aarón Serrano
@aaironman10

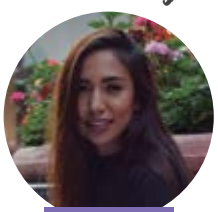
Alianza Comercial

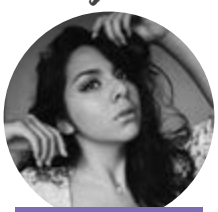
Marco Rodríguez


Nestor Serrano

P.R.

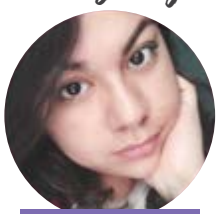
Javier Malo
@javiermalo

Marketing

Isale Ortíz
@isaleortiz

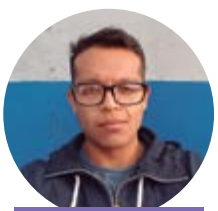
Fotografía

Gabriela Ramírez
@always_travel

Ilustración

Samantha García R
@samantha.dibujando

Diseño y Digital

Daniela Arellano
@daniela_bam

Colaboradores


Irving De la Rosa

Hector Martínez
@nutrihector

Raúl Martínez
@raulmaor

Humbert Carrillo
@pandabarosaurus

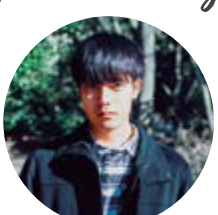
Kenia Castro

Colaborador

J. R. Ángeles
@fractaljohnangels

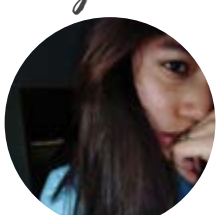
Ciclo by Studio Sally Japan

Melissa Acosta
@meacr22


Ryo Utsunomiya

Manami

@studio_sally.design / @ciclomagazine.jp

Digital T

Azzul Rodríguez
@azzulrmxd

¡Síguenos en redes sociales!

Contacto 55 4049 0490

mail

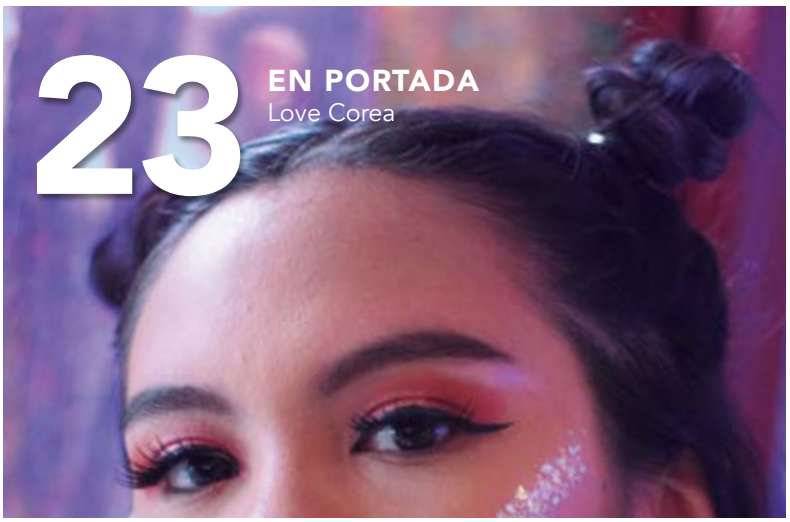
web

hello@moonrabbit.com.mx

Revista digital
issuu.com/moonrabbitasiamag

Asesor | Guillermo Reyes **Contador** | Leonardo Belmontes

Moon Rabbit Asia Mag es una publicación de Editorial Moon Rabbit, con dirección fiscal en Tizoc No. 13 col. Tlaxpana, alc. Miguel Hidalgo, CDMX, CP 11370 con RFC POML9604097V0. Revista bimestral. Editora responsable: Leticia Proal. Año 1, número 3. Moon Rabbit Asia Mag en una marca con registro ante el Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial con el expediente: 2213880. Número Internacional Normalizado para publicaciones periódicas (ISSN) ante el Instituto Nacional del Derecho de Autor: en trámite. Certificado de contenido en trámite y certificado de licitud de título: en trámite, que serán otorgados por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas. Los artículos firmados son responsabilidad de sus autores y no reflejan necesariamente el punto de vista de Moon Rabbit Asia Mag. Impreso en México por: Compañía impresora El Universal S.A de C.V., RFC IUN0309106X4, teléfono (0155) 51170190 Allende No. 174, Guerrero, Cuauhtemoc, CDMX. C.P. 06300, impreso en Julio 2019.



23 **EN PORTADA**
Love Corea

Queridos lectores

Bienvenidos al tercer número de Moon Rabbit. Gracias a todos los que nos apoyan edición tras edición: lectores, colaboradores y sitios de distribución. Su apoyo es lo que nos motiva a dar siempre nuestro mejor esfuerzo y crecer en cada edición. Esta vez, en nuestras secciones viajaremos por Japón a través de los sentidos, con las bellas fotos y relatos de nuestros colaboradores, con una receta de Tonjiro (pero, si lo tuyo no es cocinar, no te preocupes, te presentamos 3 lugares donde los platillos japoneses deleitarán tu paladar). Además, descubriremos la tradición detrás del matrimonio en China; aprenderemos como Corea del Sur se posicionó como potencia mundial y conoceremos a Denisse y Tania, dos chicas cuyo amor por Asia las ha llevado a viajar al otro lado del mundo. Ciclo, de Studio Sally Japan, nos presenta su nuevo proyecto ilustrado, el cual esperamos apoyen tanto como lo han hecho con nosotros.

Gracias por ser parte de este proyecto.

Moon Rabbit
ASIA MAG

Contenido

04 **CICLO**
Concientización ambiental

Cultura

06 **MUSEO**
Palacio de Gyeongbokgung

08 **HISTORIA**
Milagro Coreano

10 **ARTESANÍA**
Hanbok tradicional

Viajes

13 **RUTA**
Akibahara

16 **EXPLORA**
Viaja a Nagano

18 **AVENTURA**
Invierno en Japón

20 **GOURMET**
Receta / Japón a la mexicana

Tendencias

28 **MODA**
Moda asiática

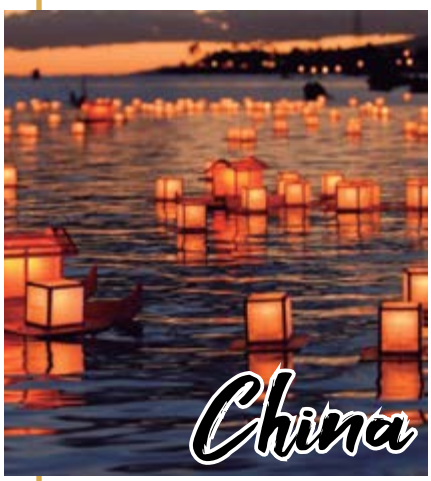
30 **BELLEZA**
Bondades del jengibre

32 **SÓLO EN ASIA**
La cultura china del matrimonio

FESTIVALES EN ASIA

Celebraciones otoñales y culto a los antepasados.

Por: Shari Yañéz @mylifeasshari



Zhongyuan: Festival del fantasma hambriento. El quince del séptimo mes lunar, es el período en el que las almas de los muertos regresan a la tierra para alimentarse y entretenerse. Durante el festival, se presentan óperas chinas tradicionales y se ofrendan alimentos, de los cuales los antepasados fallecidos comerán sólo el espíritu, dejando la materia para los familiares vivos.

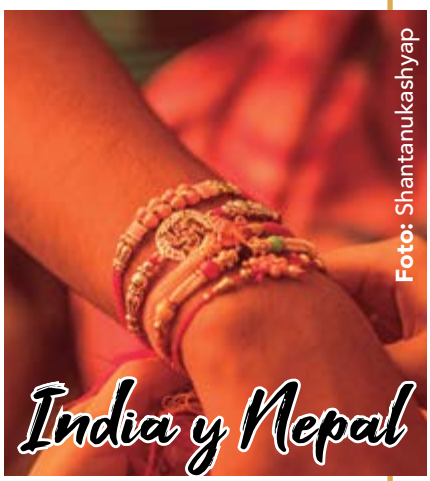


Foto: Shantanukashyap

Raksha Bandhan En esta celebración se reafirma el amor que existe entre hermana y hermano, más allá del vínculo familiar. Las chicas salen en busca de rahkis, cordeles adornados con motivos decorativos, los cuales usarán para atar en el brazo de sus hermanos, como muestra de afecto. Por otro lado, los chicos se encargan de encontrar un obsequio para su hermana. En Nepal, esta celebración recibe el nombre de **Janai Purnima.**

Chuseok. Se celebra el decimoquinto día del octavo mes del calendario lunar (este año es el 13 de septiembre), aunque los coreanos gozan de tres días de descanso, ya que el día anterior y el siguiente, ¡también son festivos! Se conmemora a los ancestros y es una fecha para pasar en familia, parecida a Acción de Gracias, pero antiguamente el motivo de esta celebración era agradecer la cosecha.

Foto: Visit Korea

Shubun-No-Hi El 23 de Septiembre, es la celebración del equinoccio de otoño. Este día supone el fin del verano (en ocasiones también de la época de tifones) y el comienzo del otoño, quizás la estación más bella del año en Japón. Además, se acostumbra visitar las tumbas de los familiares muertos. Es feriado desde 1948 y antes se celebraba el **Shūki kōreisai,** celebración shintoísta, pero se cambió al motivo astronómico.

Foto: Boudewin Huysmans

Proyecto ilustrado para concientizar a chicos y grandes.

Por: Study Sally Japan @ciclomagazine.jp

¡Hola a todos los seguidores de Moon Rabbit! Mi nombre es Melisa y este es mi esposo Ryo. Somos parte de STUDIO SALLY en Tokio, Japón. Yo soy bióloga y él es diseñador gráfico. A diario, vemos el uso excesivo de plástico en todo Japón y nos dimos cuenta de que era un problema que requería mucha más atención. Así que decidimos combinar nuestras dos habilidades: diseño y ciencia para generar la conciencia necesaria sobre los problemas ambientales en Japón.

En abril de este año, lanzamos una revista web especializada en el tema de sustentabilidad realizada en inglés y japonés llamada CICLO (introducida en la primera edición de Moon Rabbit). Desde su lanzamiento, hemos recibido buenos comentarios a través de nuestro sitio web y redes sociales pero nos gustaría expandir este esfuerzo aún más en Japón.

Fue cuando pensamos: "¿Cuál es la manera más fácil y divertida para ayudar a las personas entender los conceptos difíciles relacionados con el medio ambiente?" Luego pensamos: "¿Por qué no creamos un libro ilustrado para

que tanto adultos como niños disfruten leyendo y aprendiendo de este? Nos gustaría presentarles en esta nueva edición de Moon Rabbit, nuestro proyecto: un libro ilustrado llamado “La Vida del Plástico”. Esta historia, trata sobre la vida de nuestro personaje principal: un pez de plástico usado como contenedor de salsa de soya visto en los lunches japoneses. Nuestra historia no solamente incluirá el ciclo de vida de los productos plásticos, también tendrá varios temas sociales que afectan a Japón en sí.

En este nuevo proyecto, queremos usar la basura de plástico para crear las ilustraciones de nuestro libro, agregando elementos fantásticos a los problemas del mundo real, y al mismo tiempo colocando un estilo único que la gente de todo el mundo pueda disfrutar.

Aunque se escribirá en inglés y en japonés, vamos a ver si también podemos incluir iuna version en español! Además, para la copia impresa de nuestro libro, estamos trabajando para utilizar una alternativa de papel que sea más sustentable y ecológica que el papel convencional. Queremos mostrar nuestro mensaje central de sustentabilidad a lo largo de todo el proceso de nuestra producción de libros. Pretendemos dirigirnos a un público más amplio de una manera interesante, divertida, incluyendo el aprendizaje de idiomas también. Esperamos enfocarnos en alcanzar a los niños lo más posible.

Ellos son realmente los que nos inspiran a hacer lo que podamos para difundir una mayor conciencia de la sustentabilidad. Hay una gran falta de esta información en Japón (y en el resto del mundo también), y estamos seguros de que su respuesta será enorme. Con su ayuda, estamos seguros de crear un cambio positivo. ¡Creemos que el conocimiento es poder! Entonces, ¿qué mejor manera de educar a nuestra sociedad sobre el estado actual de nuestro planeta que con nuestro divertido libro, “La Vida del Plástico”?

¡Esperamos que puedan ver el valor de este maravilloso proyecto y que nos puedan ayudar a crear el impacto necesario para asegurar un mejor futuro para nuestro planeta y nuestra sociedad! Síganos en nuestras redes para estar conectados con las noticias mas recientes. ¡Juntos, podemos cambiar el mundo!

Foto: Chloe Evans

Foto: @dailyletz

Foto: Bundo Kim

EL Palacio DE LA deslumbrante ventura

En medio de la jungla de asfalto, podemos encontrar grandes tesoros históricos.

Por: Daniela Arellano @daniela__bam

Seúl es una urbe con una amplia gama de lugares turísticos, zonas verdes, barrios, *street food* y tenditas por doquier. Pero uno de los principales atractivos son los imponentes y hermosos palacios; áreas al aire libre que dan la sensación de que el tiempo y la modernidad no tuvieran efecto en ellos. El Palacio de Gyeongbokgung, es un conjunto de edificios con más de 600 años de existencia, el cuál fue residencia de importantes figuras de la realeza durante los años 1395 a 1910. Consta de una extensión de 501.676 m² dispuestos en forma rectangular e integrado por los edificios Geunjeongjeon, Gyotaejeon, Jagyeongjeon, Gyeonghoeru y Hyangwonjeong, siendo los principales. El recinto fue edificado por el monarca Lee Seong-Gye, durante

la dinastía Joseon, la cual fue una época dorada para el país en ámbitos como la cultura y el arte. Este monarca dio inicio al traslado de la capital de Goryeo hasta la parte norte del territorio, por esto es que solía ser llamado como "Palacio del Norte".

¿Por qué deberías ir?

Dentro del palacio podrás admirar el Salón Ceremonial o Geunjeongjeon, en el se realizaban las ceremonias oficiales y es donde se llevaban a cabo los informes matutinos ante el rey. También están Jagyeongjeon y Gyotaejeon, en estos residian la reina madre y la reina, respectivamente. El primero es famoso por un mural de flores y su "sipjangsaeng-gulttuk" (bajorrelieve de la chimenea). Esta tiene reconocimiento por ser de las chimeneas más hermosas construidas durante el Joseon, al grado de ser enlistada en los Tesoros Nacionales de Corea siendo el N. 810. Otros lugares que visitar son los estanques de flores de loto, Gyeonghoeru y Hyangwonjeoung.

Si tienes la oportunidad de ir a estas tierras lejanas, es una oportunidad que no deber dejar pasar. No solo por la cantidad inmensa de cosas que ver y área que recorrer, también porque dentro de este se encuntra el Museo Folclórico Nacional de Corea, siendo uno de los más visitados del país.

¿Qué podría mejorar aún más tu experiencia?

¡Podrás disfruar del recorrido dentro del recinto de manera gratuita si vas vestida de manera tradicional! Al igual que los soldados del cambio de guardia, puedes viajar en el tiempo y disfrutar de tu estancia con una expericna redonda.

Sólo debes rentar un Hanbok de tu agrado en alguna tienda dentro de Insadong, Samcheongdong, Bukchon o Euljiro Underground Shopping Center. Sus precios rondan entre 5,000 wones hasta 28,000 wones que serían entre $80 y $460 aprox. durante lapsos de tiempo de 30 minutos hasta el día completo. Si llegaras a rentarlo todo el día, aprovecha y visita los otro cuatro palacios por si uno no fue suficiente.

> "Al igual que los soldados del cambio de guardia, puedes viajar en el tiempo y disfrutar de tu estancia con una experiencia redonda vestida con un hanbok".

Foto: Jack Hung Tr.

Foto: @dailyletz

Foto: Emre YILDIRIM

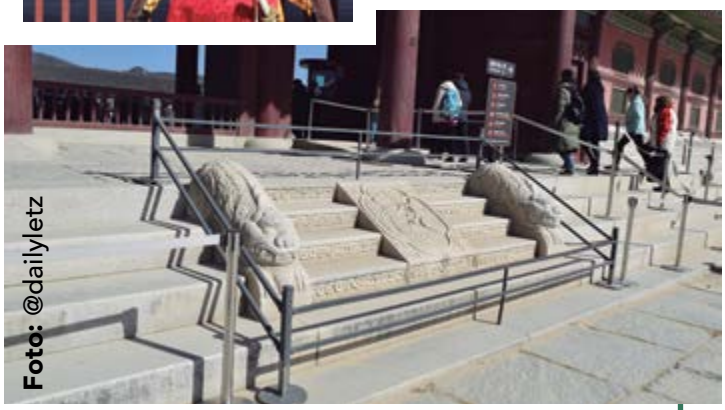


Foto: @dailyletz

¿Cuál es su costo?

Su costo de la entrada (si no decides ir en Hanbok) para adultos es de 3.000 wones ($50 aprox) y para adolescentes y niños de 1.500 wones ($25 aprox.) con un horario promedio de 9:00 a 18:00 hrs. (varía según los meses del años) con acceso hasta 1 hora antes del cierre. Los martes el palacio permanece cerrado.

¿Cómo llegar?

A 5 minutos de la Estación de Gyeongbokgung (Línea 3, salida 5) o de Estación de Gwanghwamun (Línea 5, salida 2).

MILAGRO Coreano

De ser un país en ruinas a una potencia mundial

Por: Raúl Martínez @raulmaor

Foto: Cait Ellis

Corea del Sur es un país que ha estado en constantes cambios, afortunadamente para ellos, han sido satisfactorios para su economía en las últimas décadas. En apenas 66 años, Corea del Sur ha pasado de ser un país agrícola a ser una de las principales potencias emergentes a nivel mundial.

Sin embargo, no siempre fue así, para saber como se convirtió en la potencia actual, hay que entender y remontarnos un poco en su historia. En el siglo XX los surcoreanos se vieron atrapados en numerosos conflictos bélicos, los cuales les causaron pérdidas en todos los sentidos a los involucrados y situó una tensión que al día de hoy sigue presente entre ambas Coreas. Al finalizar la Guerra de Corea en el año de 1953, la nación se encontraba en una situación muy crítica, destruida por el conflicto y en una situación vulnerable; su economía era incluso más baja que el de la mayoría de los países latinoamericanos.

A pesar de ello, no se estancaron, y con el apoyo de otros países, Corea comenzó su reconstrucción.
Entrando los años 60 comenzó el llamado "Milagro Coreano", con lo que posteriormente iniciaría un satisfactorio y favorecedor desarrollo económico para sus años futuros.

Pero, ¿cuál fue el secreto de este milagro coreano? La respuesta es el enfoque que el gobierno le puso a la educación, industrialización y modernización. Con una reforma educativa implementada, la educación se volvió obligatoria, logando así disminuir la tasa de analfabetismo de un 77% a un 12.4% en sólo 20 años. Debido a ello, hubo universitarios que tuvieron la oportunidad de estudiar en el extranjero logrando así adquirir conocimientos en ciencias e ingenierías que posteriormente aplicarían a la creciente industria coreana.
La industria surcoreana igualmente tuvo un fuerte apoyo por parte del gobierno. Park Chung-Hee, quien gobernó Corea por 18 años, dio soporte a las empresas más grandes, para fortalecer el desarrollo económico con base en las exportaciones lo que las beneficio al tener financiamientos atractivos e impuestos muy bajos.

Foto: Daniel Lee

> "La economía surcoreana ha evolucionado de manera rápida y eficaz a lo largo del último siglo".

Para la modernización del país, el programa "Nueva Aldea" fue clave. En el programa el gobierno les daba a comunidades rurales cemento, maquinaria, herramientas para mejorar casas, construir infraestructuras, carreteras y puentes. Lo interesante es que los mismos ciudadanos tenían que hacerlo y a los pueblos que tenían mejores resultados se les apoyaba con más recursos, logrando así incentivar a la población.

La economía surcoreana ha evolucionado de manera rápida y eficaz a lo largo del último siglo, estos tres pilares con los que inició su desarrollo económico fueron cruciales para convertirse en la potencia emergente que actualmente es.
Es sorprendente no por el hecho de tener una economía fuerte, sino en el corto periodo en que lograron llegar a ello a pesar de no tener los recursos naturales que muchos otros países poseen. Actualmente Corea del Sur le apuesta a la innovación tecnológica y científica, invirtiendo en ese sector 3.57% del PIB nacional, lo que ha hecho que se convierte en unas de las primeras potencias a nivel tecnológico en todo el mundo; no es de sorprender que en nuestras manos tengamos algún producto de cualquier industria proveniente de Corea del Sur. Ellos saben el secreto de su propio éxito.

Foto: Daniel Lee

Hanbok TRADICIONAL

Atuendo ancestral que te hará viajar en el tiempo.

Ilustración: Samantha García Ríos @samantha.dibujando /
Texto: Leticia Proal

Cuando se está conociendo una cultura, algunas de las partes más bonitas son, su arquitectura, sua historias y todas aquellas características que los hacen únicos ante el mundo. Para entender a una cultura hay que mirar hacia su pasado, y que mejor forma de hacerlo que a través de las tradiciones que mantienen vivas.

Al visitar Corea, es emocionante ver cómo construcciones y palacios antiguos se mezclan con los rascacielos más modernos; con gente recorriendo las calles usando delicados Hanboks (el traje tradicional coreano). Todos estos detalles le dan un toque irreal a la ciudad, como si fuera un sueño donde el presente y el pasado se mezclan.

El Hanbok es usado al visitar lugares históricos y en ceremonias. Los turistas lo visten para adentrarse a la cultura coreana, además, algunos lugares ofrecen descuentos a quienes lo portan. No es necesario invertir millones para lucir un bello Hanbok, hay lugares que los rentan cerca de los lugares turísticos.

Su diseño se asemejaba a los trajes de la nobleza china de los siglos VII al X d.C. aunque con el tiempo fue haciendose de su propia escencia y es considerado como exclusivo de Corea. Hay muchos modelos de Hanbok, ya que cambian: si es la versión masculina o femenina, en la época del año, la ocasión y el estatus social; situaciones de las que dependen los colores, texturas y telas de este. Inclusive actualmente, algunos diseñadores han optado por tomar elementos del Hanbok para crear piezas más apegadas a las tendencias actuales, pero sin perder su escencia. Como el caso de LEESLIE, de quien hablamos la edición pasada.

Entonces, ¿qué es lo que hace a un Hanbok, un Hanbok?

Hanbok femenino

치마 (Chima): falda amplia que va de debajo del pecho, hasta el suelo.

저고리 (Jeogori): chaqueta que llega abajo del pecho con cuello cruzado en forma de "y" decorada con medio moño en el lazo Otgoreum (옷고름). Tiene mangas largas y anchas con el puño keutdong (끝동) de otro color.

Peinado: Antes se usaban elaborados peinados, o sombreros, hoy en día se opta por algo más sencillo como trenzas o chongos. Algunas chicas solteras llegan a usar el Baetssi daenggi (배씨 댕기), un ornamento circular que va en la coronilla de la cabeza.

Hanbok masculino

바지 (Baji): pantalón bombacho ajustable en la cintura.

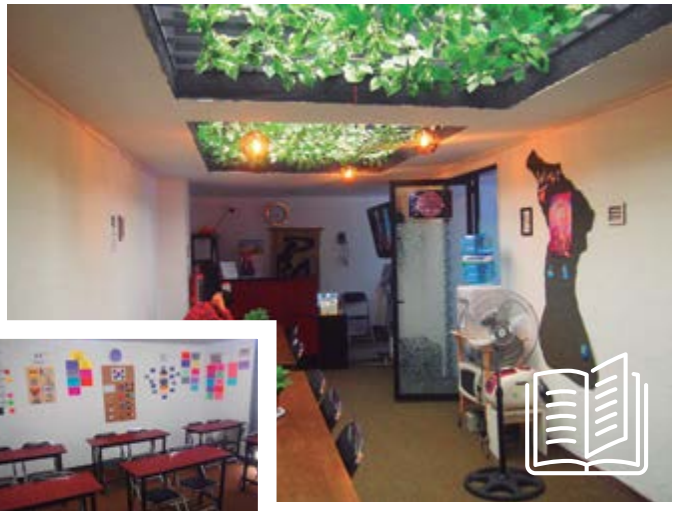
Los hombres tambien llevan Jeogori (저고리) pero este llega abajo de la cadera y el Otgoreum (옷고름) puede ir más abajo que el de las mujeres.

Calzado

Tanto hombres como mujeres calzan Kkotsin (꽃신) zapatillas con flores; y una especie de calcetín llamado beoseon (버선).

-INSTITUTO- Coreano Kyu

La mejor forma de aprender un nuevo idioma.



Hace 4 años, Jeong Kyu, director de ICK llegó a México; comenzó a estudiar español en la UNAM, y fue ahí donde sintió gran apreciación y admiración por el idioma y la cultura mexicana. Compartir su cultura y enseñar el idioma vinieron a su mente más adelante, ya que en estos tiempos el idioma coreano ha tomado gran popularidad por distintos motivos: negocios, viajes, entretenimiento o simplemente amor por esta gran cultura. Después de algunos años enseñando coreano decidió abrir su propia escuela en la ciudad. Es así como nació ICK, con maestros 100% nativos de corea y con gran pasión por mostrar más de su país; con un enfoque diferente, llevarlo a la práctica y así lograr que los alumnos tengan las herramientas necesarias para el buen desarrollo y aprendizaje del idioma.

Se ofrecen cursos intensivos, sabatinos o dominicales. Además, hay distintos eventos que los alumnos pueden disfrutar y otros tantos para personas externas que desean conocer un poco más de la cultura coreana, como cursos de verano, talleres culturales, rifas para un viaje a corea, concursos de vocabulario, entre otros...

"Lo hacemos fácil, divertido y útil".
-Jeong Kyu, director.

Obtén un **descuento especial** en Instituto Coreano Kyu o en Instituto Japonés Kyu al mencionar a Moon Rabbit. Siguélos en @maestrokyu y en www.maestrokyu.com

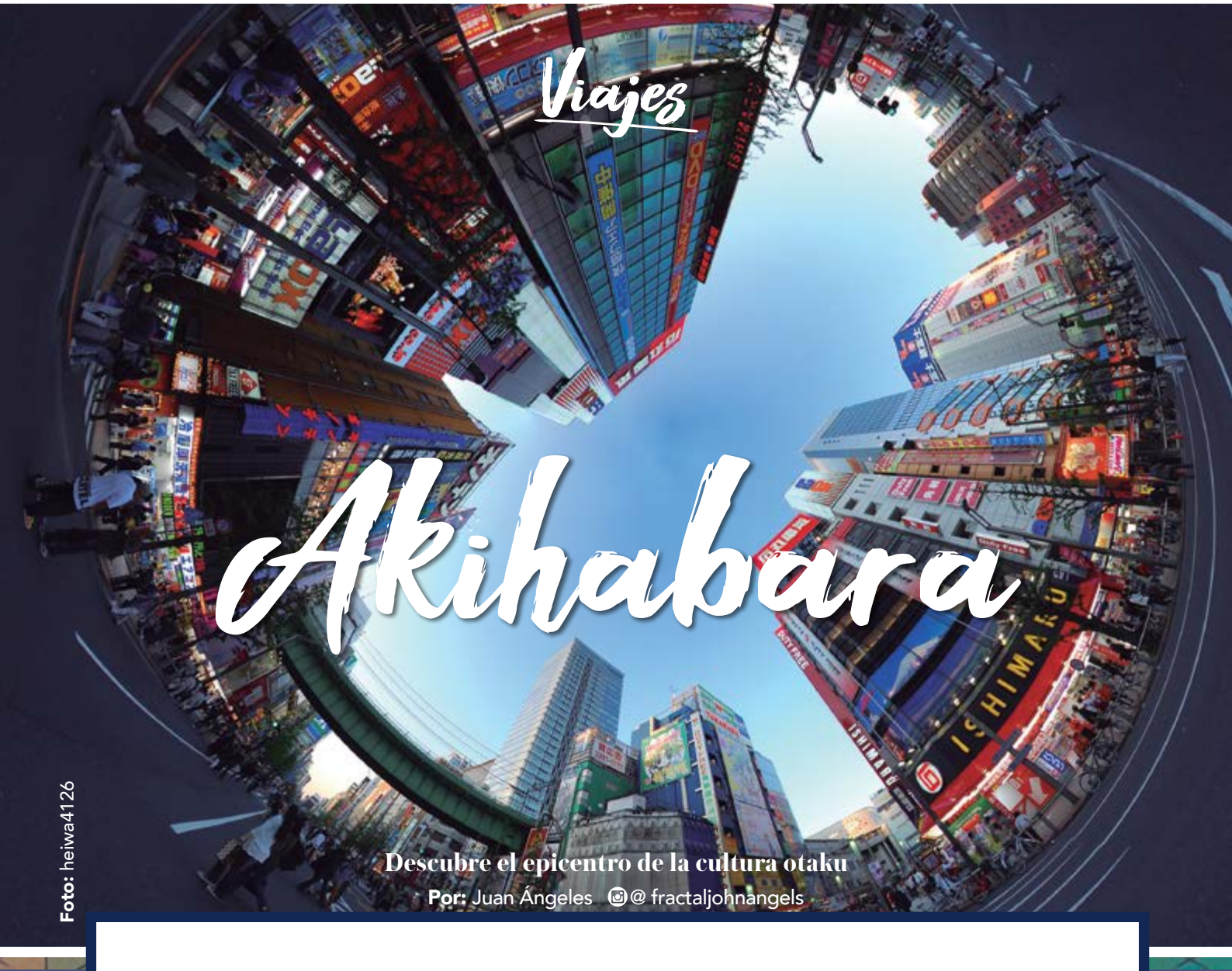


Foto: heiwa4126

Akihabara

Descubre el epicentro de la cultura otaku

Por: Juan Ángeles @fractaljohnangels

Sin lugar a dudas Japón es uno de los países más importantes del mundo que destaca no sólo por su riqueza cultural, historia, economía, recursos naturales, su increíble recuperación después de la segunda guerra mundial; sino también por la combinación de todos estos factores que dan como resultado una nación ecléctica, que a diferencia de otros países de primer mundo, los valores y tradiciones son parte inseparable de su presente.

Una muestra de esto, es la gran cantidad y diversidad de paisajes naturales, rurales y urbanos; que mezclan todos los factores ya mencionados, y van desde el asombroso Monte Fuji, el Festival Hanami, las aguas termales Onsen, el Santuario Itsukushima, Arrozales en terraza "Tanada", festivales locales, los templos budistas de Kyoto, el barrio de Dōtonbori en Osaka y el increíble lugar que vamos a conocer el día de hoy: el barrio de Akihabara en Tokyo. Un paisaje urbano, donde se haya el bastión de un fenómeno cultural de masas arraigado en las últimas generaciones y que ha ido expandiéndose a todo el mundo.

Conocido como Akiba, este barrio tiene una gran historia del mercadeo, que va desde la venta de armas, electrónicos de importación hasta lo que podemos nombrar como el corazón de la cultura otaku. Si bien este concepto no es simple, a continuación vamos a reflejar cómo es que se vive en Japón y algunas influencias culturales que ha tenido sobre México.

Una vez que llegas a la estación del tren y das tus primeros pasos, sabes que ocuparás por lo menos todo un día para ver, conocer y experimentar el Akiba-kei (estilo Akihabara). Es impactante el sonido y las luces del dios neón que aparecen ante ti para darte la bienvenida a esta experiencia única.

Advertencia: Asegurate de destinar una buena parte de tu presupuesto si tu intención es satisfacer cualquier deseo reprimido como otaku porque aquí encontrarás en qué gastarlo.

Foto: Rob Dunfey

Salones Arcades- Lugares para jugar videojuegos de cualquier género y época (retro, shooters, baile, etc). En México este tipo de locales eran comunes, pero perdieron la batalla con las consolas. Actualmente están surgiendo algunos barcades en la CDMX, pero distan de la esencia de los originales. Otro tipo de entretenimiento popular son los UFO catchers, pachinko y máquinas de gashapon; algo en particular que llamó mi atención fueron los juegos Maimai por la gran habilidad que requieren.

El público general es de gente local y siempre van solos a diferencia de México donde es común acudir con tus amigos y hacer filas para las retas. Los más famosos son: los edificios de Sega, Super Potato y TAITOS's Hey.

Foto: Kyle Hasegawa

Maid cafés- Durante tu recorrido por las principales avenidas de Akihabara encontrarás varias chicas caracterizadas como meseras, quienes publicitan su local para que vayas a comer y lo que encontrarás es una experiencia única, la cual sólo encuentras en Japón. Los Maid cafés nacieron con el fin de satisfacer las fantasías de algunos otakus con respecto a ser atendidos (te dan un trato de amo) por una joven estilo kawaii que refleja inocencia y pureza. Para darte una idea de cuánto vas a gastar

te adelanto que una bebida y foto tiene un valor mínimo de 1,250 yenes ($220 MXN). Toma en cuenta que tienes un límite de permanencia. Si deseas tiempo extra, tendrás que pagar un adicional. Los maid café suelen estar abiertos hasta las 22h o 23h. Algunos de los más famosos son: AKB48 Cafe, Maidreamin o el Cafe @Home.

Compra de manga y merchandising en general. Como no podía ser de otra manera, en Akihabara encontrarás tiendas con un extenso surtido de mangas, juguetes, coleccionables, DVD's, Blurays, etc. de tus series y personajes favoritos. Los precios varian y es importante mencionar que existen tiendas de productos nuevos así como de segunda mano por lo que precios suelen variar de local en local.

Entiendo que el tiempo no es una cuestión trivial cuando vas como turista pero siempre será mejor hacer una comparación de precios antes de comprar.

Foto: Mikel Ortega

Por cierto, también existen tiendas especializadas de venta de videojuegos retro lo cual nos trae viejos recuerdos de nuestras consolas de la infancia. Mención especial requieren los establecimientos que cuentan con mercancía de Marvel, DC y Star Wars que a pesar de que son franquicias americanas, aquí podrás encontrar cosas exclusivas. Las imperdibles son: Kotobukiya Akihabara Store, Super Potato, Radio Center y Mandarake Complex

Tips generales

Duty free, algunas tiendas lo tienen, siempre y cuando hagas compras superiores a 10.000 yenes (y muestres tu visado de turista). Al ser un atractivo turístico, en Akihabara encontrarás una gran cantidad de empleados que hablan diferentes idiomas, lo cual me pareció excelente aunque en los Maid cafés no prevalece esto.

No llegues antes de las 11 a.m. ya que todo está cerrado. Te recomiendo visitarlo tanto de día como de noche, así podrás notar algunas diferencias.

Relación con México: A principios de este año circuló por la red un reportaje del programa "HYAKKIN SEKAI DE OTAMESHI" de TV Tokyo en el cual nombran a la Frikiplaza (plaza comercial ubicada en el Eje Central frente a la Torre Latinoamericana) de la CDMX como el Akihabara de México.

Anime: Steins; Gate (2011) Estudio White Fox. Anime de culto que se desarrolla en Akibahara. Ciencia ficción, drama psicológico y suspenso se combinan para hacer una historia memorable.

Cine de Arte: Tokyo Monogatari (1953) Dir. Yasujirō Ozu. Refleja el punto de quiebre entre dos generaciones en el Tokyo Pos 2da Guerra Mundial y como la sociedad japonesa ha cambiando. Cada 10 años la revista británica "Sight and Sound" hace una encuesta a profesionales del cine sobre las 10 mejores películas de la historia y desde 1992 es una infaltable.

Música: AKB48 Género: J-pop. Es un grupo de idols que tiene su base en Akihabara en el AKB48 CAFE & SHOP y realizan presentaciones periódicamente. Este grupo goza de gran popularidad en Japón.

¿Cómo llegar? Por Akihabara pasan las líneas JR Yamanote, la JR Keihin-Tohoku, la JR Sobu, el Tsukuba Express y la línea de metro Hibiya.

Foto: Jcomp

Nagano

El eminente tesoro de los Alpes japoneses

Por: Javier Malo @javiermalo

Esta ciudad ofrece una experiencia que deconstruye el concepto de aventura. Desde un punto que toca al espíritu y recorre los sentidos con sus aguas termales; detonando en invierno una explosión de adrenalina deportiva, Nagano es un destino inolvidable.

La ciudad de Nagano es capital de la prefectura homónima situada en la intersección de los ríos Chikuma y Sai, en la isla de Honshu y su ubicación geográfica es un sinónimo de riqueza en naturaleza, cultura e historia.

Para llegar a este discreto edén que fue sede en 1998 de los XVIII Juegos Olímpicos de invierno y aprovechar el tiempo en el país asiático, la forma más rápida de llegar a la estación de Nagano desde la estación de Tokio es el Hokuriku Shinkansen que va desde la estación de Kanazawa en la prefectura de Ishikawa hasta la estación de Tokio, pasando por la prefectura de Nagano; en un recorrido de una hora y veinte minutos.

Entre los tesoros que definen su esencia, la hospitalidad te hace sentir que por fin has llegado a ese lugar que tanto buscabas. También, se encuentra uno de los templos budistas más importantes de Japón; un castillo; pistas para deportes de invierno; un teleférico y más puntos de recreación por los que desearás extender tu estancia.

Momento zen

El templo budista Zenkoji y su activa vida espiritual lo han convertido en la historia universal y contemporánea como un importante centro de peregrinación que registra su origen en el siglo VII, ubicado en Motoyoshicho. Abierto a visitantes de todo el mundo, es un templo no sectario en donde además de practicar su fe, fue un importante centro samurái.

Majestad natural

Las estaciones para la práctica de esquí ganaron fama mundial en los 90's ; pero, desde tiempo ancestral, sus aguas termales son una bondad natural que han enriquecido la vida de la región.

Una de las más fuertes conexiones se vive en el parque de los monos Jigokudani que protege a los monos salvajes japoneses y los mantiene bajo observación. En invierno, la naturaleza brinda la oportunidad de admirar la magnificencia de esta especie tomando baños en las aguas termales.

Secretos por descubrir

Uno de los símbolos de Nagano es el Castillo de Matsumoto, conocido como Castillo del Cuervo por su místico color negro en paredes y techos. Un complejo incomparable cuya construcción data de la era Sengoku entre 1594 y 1597, cuando fue construido como un fuerte bajo el nombre de Castillo Fukashi.

Foto: Tripada Mekvisan

Foto: Simon Launay

Foto: FezBot2000

"El parque de los monos Jigokudani protege a los monos salvajes japoneses y los mantiene bajo observación".

Foto: Steven Díaz

Entre los tesoros de la región sur de la Prefectura de Nagano, se alberga la belleza natural de la meseta de Kirigamine y el lago Shirakaba, así como el famoso Gran Santuario de Suwa y el presuntamente inexpugnable Castillo Takashima.

La parte occidental de la prefectura de Nagano ofrece paisajes idílicos en sitios como Kamikochi, Yarigatake y el lago Suwa. Así que, si quieres una vista maravillosa de los Alpes japoneses, visita Matsumoto.

Adrenalina

La epifanía deportiva de los juegos olímpicos de invierno se vive en el invierno de esta región que además de ofrecer una extensión territorial blanca que parece infinita, tiene estaciones de esquí para todos los niveles, desde aprendices hasta avanzados.

Una de las estaciones de esquí más concurridas de Nagano es Shiga Kogen; está compuesta por 19 áreas de esquí de diferentes tamaños y es una de las más grandes de Japón. Tsugaike es otro campo compacto en comparación con otros resorts, pero cuenta con 10 campos recreativos con actividades extraordinarias, puedes disfrutar de actividades poco comunes junto a las pistas de esquí habituales, como ciclismo de nieve, raquetas para caminar en la nieve, heliesquí y snowboard. Descubre los tesoros de Nagano y vive un viaje inolvidable.

Foto: Alexander Schimmeck

INVIERNO EN JAPÓN

Viviendo las celebraciones occidentales al estilo oriental.

Por: Kenia Castro

Foto: @dailyletz

Nunca he sido muy fan de las celebraciones decembrinas: las posadas, las cenas de Navidad y Año Nuevo; no son algo que me provoque mucha emoción. Pero al estar en Japón en esa temporada despertó mi curiosidad de cómo es vivir estas festividades en un país con una cultura completamente diferente a la mía.

El 24 y 25 de diciembre son parecidos al 14 de febrero, son días en que las personas salen en pareja o con amigos (yo visité el acuario de Osaka y el Umeda *Sky Building*), sin embargo, Año Nuevo es una vivencia completamente diferente que recomiendo experimentar.

El 31 de diciembre, después de la cena, decidimos ir a la Torre de Tokio para ver los fuegos artificiales. Faltaban pocos minutos para la medianoche cuando llegamos a la puerta del templo Zojoji (que se encuentra muy cerca de la Torre de Tokio), de fondo se escuchaban campanadas (se toca 108 veces ya que simbolizan los 108 deseos mundanos según el budismo). Dieron las 12 y nada, los fuegos artificiales no comenzaban, sin entender que pasaba, fuimos a preguntarle a un policía que se hallaba por ahí y nos dijo que por cuestiones de seguridad no habría. Algo decepcionados nos dirigimos al interior del templo, en donde había mucha gente reunida y también había puestos de comida.

Por la gran cantidad de gente no pudimos acercarnos al templo principal así que decidimos movernos al santuario Kumano que está justo al lado del templo; ahí nos hicieron una especie de limpieza y nos dieron de beber un poco de sake, luego fuimos por unos fideos soba que suelen comerse en esa época ya que su longitud simboliza la esperanza de una vida larga. A pesar de la hora (casi la una de la mañana) y del frío, seguía llegando gente. Después de caminar un rato más y tomar fotografías decidimos irnos a descansar.

Han pasado casi 3 años de mi viaje a Japón, y cuando recuerdo está experiencia me sigue emocionando y sorprendiendo la manera tan distinta y bonita de celebrar la llegada de un nuevo año y si más adelante se me presenta la oportunidad de pasar otro diciembre en el país del sol naciente, sin duda lo haré.

Fechas para visitar Japón

1. Shogatsu (Año Nuevo)

Aunque muchos lugares cierran y solo están abiertos lugares de entretenimiento, templos y transporte, es toda una experiencia ver los rituales que los nipones realizan, así como las decoraciones de casas y edificios rodeados de paisajes nevados.

2. Sapporo Yuki Matsuri

En febrero, en Sapporo, realizá un festival de esculturas de nieve, dondé sus participantes crean elaboradisimas figuras que van desde personajes icónicos, como los de Studio Ghilbi, One Piece y Evangelion, hasta castillos de varios metros de altura.

3. Hanami

Al llegar la primavera, tanto japoneses como extranjeros salen a días de campo con el fin de ver el florecimiento de los cerezos; todo un espectáculo para la vista.

4. Golden Week

Con una duración de 7 días en promedio, es el puente vacacional más largo en Japón y cuenta con varios días festivos y festivales, como el Día de Showa, Día del Niño y Día del Verdor.

> "En santuario Kumano que está justo al lado del templo, ahí nos hicieron una especie de limpieza y nos dieron a beber un poco de sake".

Cuéntanos tu aventura en Asia:
hello@moonrabbit.com.mx

TRADICIÓN EN LA SOPA

Una deliciosa receta para combatir el frío otoñal.

Por: Irving de la Rosa

El miso es una pasta fermentada de brotes de soja, con cebada o arroz y sal. Esta receta llegó a Japón procedente del continente asiático entre los siglos VI y VII. El miso constituye un elemento fundamental de la cocina japonesa, es muy nutritivo y se utiliza no sólo como ingrediente básico en varios platos, sobre todo en la sopa de miso, sino también y a menudo, como condimento, para potenciar el sabor. En Japón el otoño llega con bajas temperaturas y el Tonjiru es uno de los platos ideales para el frío. Es una especie de sopa de Miso y su significado literal es cerdo (ton) sopa (jiru)

Tonjiru | Porción: 4 personas.

Ingredientes:

Panceta de cerdo 200 g
Nabo Daikon 100 g
Zanahoria 100 g
Papa 100 g
Champiñon 8 pzas
Poro 1 pza
Alga Kombu 10 cm
Miso 80 a 100 g
Aceite de sésamo (ajonjolí) 2 cucharadas

Elaboración:

1. Corta el nabo Daikon, la zanahoria en rodajas y déjalo reposar en agua un rato. Pela la papa y cortala en rodajas de un centímetro de grosor aproximadamente y déjala reposando también en agua.

2. Pela y corta el champiñón en cubos pequeños.

3. Corta la parte verde del poro y apártala para utilizarla después. Corta la parte verde en rodajas de un centímetro aprox.

4. Quita la piel de la panceta de cerdo y córtala en tiras de dos o tres centímetros. Si están a medio congelar es más fácil cortarla.

5. Escurre las verduras.

6. Calienta el cazo a fuego medio y sella la carne.

7. Aparta la carne.

8. Pon las verduras escurridas y echa un poco de aceite.

9. Añade el champiñon y saltea hasta que el nabo Daikon se vea un poco transparente.

10. Añade un litro de agua, la papa y la parte verde del poro y hierve a fuego lento. Ve quitando la espuma que sale.

11. Cuando la verdura está a medio cocer, añadimos la mitad del miso, el poro y la carne. Déjala que termine de cocer.

12. Cuando la verdura ya está cocida, añadimos el resto del miso.

13. Lo dejamos reposar y ya está listo para servir.

Tama Shokudo

Aime y Pedro, son los dueños de Tama Shokudo, un comerdor de auténtica comida japonesa, con escencia familiar y amor en cada platillo. La pareja es toda una celebridad, ya que su esfuerzo y dedicación, los llevó a salir en el programa japonés "Nippon ni Ikitai" en el que fueron a Japón y aprender más de su gastronomía. A partir de Mayo de este año, dentro de su local tambien esta Miiko Shoten, donde venden snacks importados desde Japón. Calle 64 #478B x 55 y 57 Centro, Mérida, Yucatán. @tamashokudo

JAPÓN A LA *mexicana*

Transporta tu paladar al país del sol naciente con nuestras recomendaciones preparadas por talentosos mexicanos.

Por: Redacción

Tai Tai

¿Buscas una opción vegana y deliciosa? Tai Tai, es la opción perfecta. Ubicado en el Mercado Roma de Coyoacán, su postre estrella: el Taiyaki, tiene opciones veganas. Además de novedosas bebidas como el smoothie de Lychee y café helado con menta, o los clásicos capuchinos, es un plan perfecto para una tarde tranquila con amigas al disfrutar de su ambiente y estilo kawaii. Aunque ya esta en función, su ignauguración oficial será dentro de poco.
Av. Miguel Ángel de Quevedo 353 L-16, Santa Catarina, Coyoacán, CDMX
L-D a partir de las 10.
@taitaicafe @taitai_cafe

Daymo

Si vives en la zona centro-norte de la CDMX, entre el tráfico y el caos encontrarás un espacio para un break; entre la variedad de puestos ubicados en la Av. Marina Nacional, Daymo descaca por su menú japonés, con platillos como helado frito, sushi y kushiage. Una opción ideal para la hora de comida godín, ya que cuenta con servicio a domicilio. Av. Marina Nacional 437, entre Bahía de Chachalacas y Bahía de Sta. Barbara, col. Anzures, alc. Miguel Hidalgo, CDMX. L-V 2-5pm (55) 6567 4501.

EST. 1899 JAPAN

THE HOUSE OF SUNTORY

The Nature and Spirit of Japan

PERMISO DE PUBLICIDAD: 1933002T1A0103

EVITA EL EXCESO WWW.ALCOHOLINFORMATE.ORG.MX

Love COREA

Su pasión por la cultura asiática las llevó al otro lado del mundo; ellas son Denisse y Tania, conócelas.

Modelos: Denisse @d.dlm.en / Tania @Taniiluna_
Entrevista: Anahí Vargas / **Fotografía:** Gabriela Ramírez @always_travel / **Makeup:** Denn @makeup.denn
Crew: Shari Yáñez @mylifeasshari/ Leticia Proal @dailyletz
Locación: Tai Tai Taiyaki Café @taitaicafe en Mercado Roma Coyoacán **Smartphones:** Honor 10 lite

Denisse

Estudiante de medicina y de música para ser cantante de ópera.

¿Cuál fue tu primer acercamiento con la cultura oriental?

Por la música. Una amiga me mandó música de K-Pop y me gustó mucho, era Super Junior y escuché más grupos. Después me llamó la atención el idioma y lo estudié.

¿Cuál fue tu primera impresión cuando llegaste a Corea?

La gente es muy amable, limpia, ordenada y educada, nunca vi gente empujarse en el metro.

¿Notaste alguna similitud entre la cultura de México y la suya?

Son muy apegados a sus raíces al igual que nosotros.

¿Algo que realmente disfrutes de la cultura coreana?

La comida, definitivamente. Siempre que puedo voy a algún restaurante coreano, aunque no es completamente lo mismo es un acercamiento muy bueno.

¿Cómo complementas tu conocimiento con el idioma?

Tengo amigos allá con los que me escribo y a veces me enseñan frases en coreano.

AL CARAJO
BLAC

¿Qué fue lo que te atrajo de Corea?

Me encantó el idioma, su moda, probé la comida y me enamoré de sus sabores. Además, aprendí a hablar coreano.

¿Has viajado a Corea?

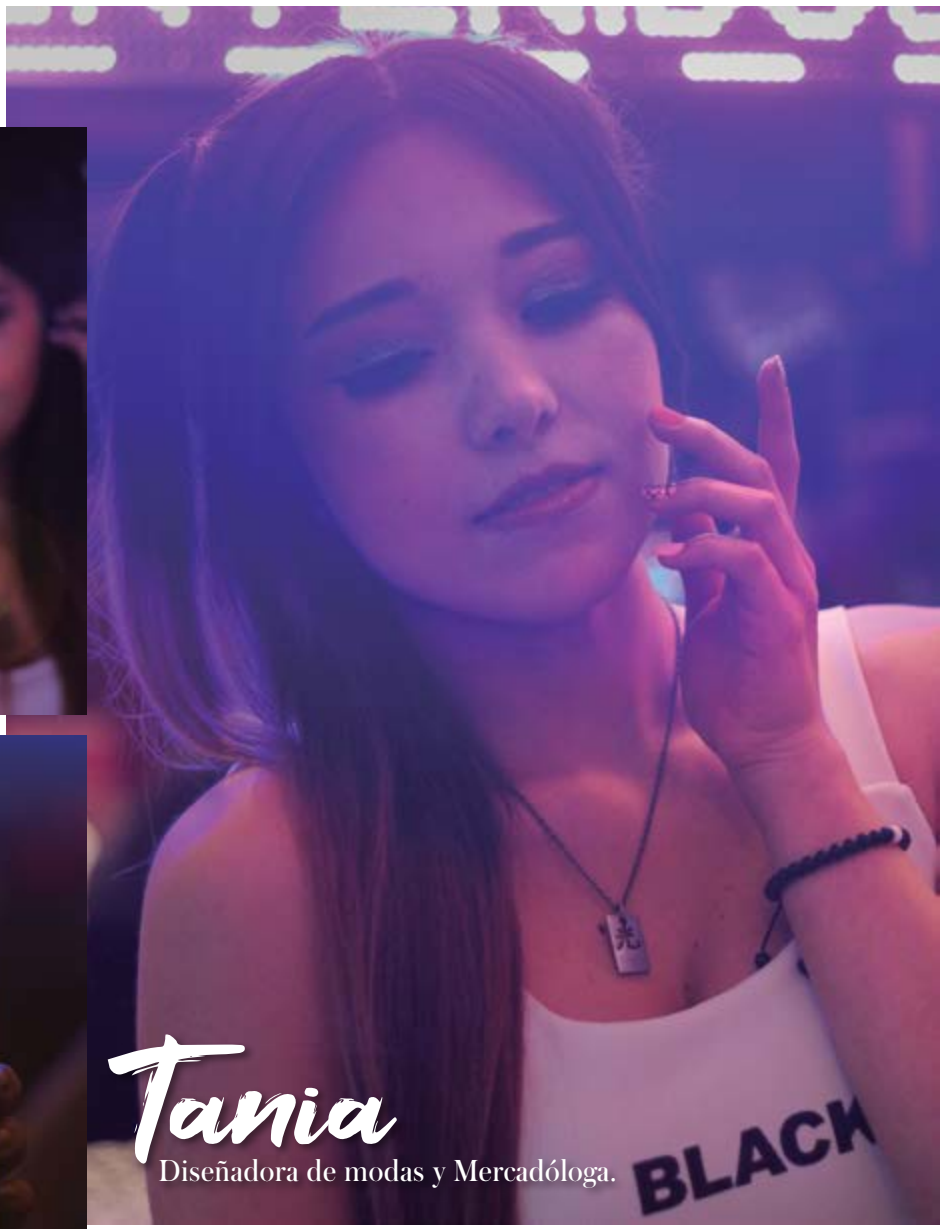
Hace dos años tuve la oportunidad de ir por 6 meses. Fui a estudiar el idioma en el programa de idioma coreano de la Universidad de Yonsei.

¿Qué experiencia recuerdas de ello?

Fueron los mejores 6 meses de mi vida, no digo que todo el tiempo que estuve ahí fuí feliz, porque tuve que enfrentarme con muchos desafíos, a partir de los 3 meses di clases de español a coreanos, se me hizo una buena idea, ya que era algo que nunca había hecho y algo que iba a poner a prueba mis conocimientos de los idiomas.

¿De esas vivencias, qué trajiste a México?

He podido cumplir uno de mis sueños, abrir una cafetería especializada en el postre más rico que probé en Corea y Japón, pude pasar un fin de semana en Nagoya, ya que tenía vacaciones de la escuela de coreano y me fui sola a caminar por las calles de la moda, en Sakae, eso también me motivó querer seguir en el mundo de la moda.



Tania

Diseñadora de modas y Mercadóloga.

MODA asiática

Tus *outfits* favoritos en línea.

Por: Humberto Carrillo @pandabarosaurus

Es conocido que los productos asiáticos en México son bien recibidos. Pero muchas veces no todo lo que necesitamos o queremos lo podemos encontrar en las grandes tiendas, así que en esta sección, te presentaremos una variedad de lugares donde podrás encontrar novedosos y diferentes productos asiáticos que sabemos que te encantaran. Esperamos que en esta serie de tiendas puedas encontrar muchas cosas de tu agrado entre tanta variedad de elementos de moda y estilo podrás adquirir un par de cosas que sin duda harán que tu closet se llene de esa esencia asiática que tanto nos gusta y actualmente no deja ser tendencia.

MoonlightGlitter Shop

@moonlight_glitter_shop

Es una tienda que trabaja mediante pedidos que incluyen diversos artículos novedosos y de moda. Entre ellos podrás encontrar desde mochilas con cabezas de animales exóticos, tenis totalmente en tendencia y fuera de lugar, kimonos, pantuflas y camisas; todo con los mejores diseños asiáticos que te puedas imaginar. Para hacer tu pedido, solo tienes que escoger el artículo de preferencia, enviar el boucher de tu depósito y ien aproximadamente 40 días estarás recibiendo tu entrega!

Vanity Glitter

@vanityglitter

Marca de importaciones a México cuyas prendas seguramente te fascinarán. Si lo tuyo es la moda alternativa y estar en tendencia, esta página será tu nuevo sitio de *shopping* favorito.

No hay prenda que pase desapercibida en esta tienda y estoy seguro que cualquiera que te lleves a casa hara que tu *outfit* sea de alto impacto.

Proyekto K

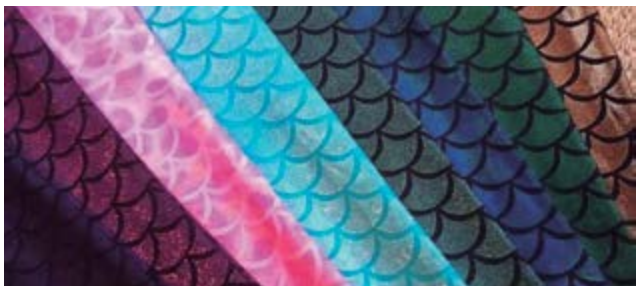
@proyekto_k

Con moda asiática un tanto obscura, está tienda será de tus favoritas si lo tuyo es lucir el color negro de todos los días y sin dejar a de lado las tendencias de moda, pues cuenta con un estilo único que incorpora distintos motivos asiáticos y los plasma en playeras, pines y hasta parches que sin duda alguna te darán el mejor estilo con cualquier combinación de ropa que quieras usar. Los encuentras en la Ciudad de México, cerca de Bellas Artes donde podrás ver toda su mercancía en físico.

Amor Bonito Store

@amorbonitostore

Esta página en línea hace entregas en puntos estratégicos de la Ciudad de México cuenta con todo tipo de artículos denominados "Kawaii" que seguro amarás, ya que no simplemente tienen un catálogo extenso de ropa y accesorios de tendencia asiática, también tienen artículos como inflables, peluches, entre otras curiosidades que si de lo cute te haces llamar fan, te encantará.



Apparel K

@appare_k

Aquí la moda y el anime tienen un punto de encuentro. La mayoría de las piezas que podrás encontrar son con referencia a la cultura del anime, desde Bodysuits de Neon Genesis: Evangelion hasta una extraña pero interesante de Versace con Sailor Moon. Sus diseños son únicos e interesantes y si eres fan del anime, podrás encontrar algo a tu gusto que querrás ver en tu closet y constantemente en tus *outfits*.

Jengibre

Uno de los hábitos de consumo preferidos por los asiáticos.

Por: Hector Martínez @nutrihector
correo: nutrihector10@live.com

El jengibre posee componentes químicos que aportan beneficios a la salud del ser humano. Es originario del este de Asia, los primeros datos escritos están recogidos por Confucio (551-479 a. C.). Proviene de la región Indomalaya, que es una de las ocho *ecozonas* del mundo que comprenden la mayor parte del Asia del sur y del sudeste, su cultivo es muy arcaico y se cultiva extensamente en casi todos los países tropicales y subtropicales, en especial China, India, Nigeria, Australia, Jamaica y Haití. En América se cultiva en Costa Rica en la zona norte, Ecuador y en una parte de Buenos Aires en la provincia de Puntarenas.

Características botánicas

La raíz tiene un sabor picante que se origina a partir de resinas y aceites aromáticos. En las raíces prevalecen minerales como el fósforo, ácido ascórbico y hierro. Es una planta de origen tropical y se adapta a temperaturas entre 25º – 30ºC.

Propiedades nutrimentales y beneficios

El jengibre se ha utilizado como medicina desde la antigüedad, prueba de ello son los grabados de los textos en sánscrito, chino, griego antiguo, romano y árabe, además de la literatura médica. Las culturas hindúes y chinas lo han utilizado con fines curativos, siendo su principal virtud la de ser el mejor alivio digestivo. Los chinos, griegos y romanos consideran el jengibre como el –yang– (calor), o comida picante, la cual equilibra la comida fría –ying– para crear armonía.

El jengibre es un vasodilatador y anticoagulante natural que reduce los riesgos de enfermedades cardiovasculares y mejora el riego sanguíneo; además, contribuye al descenso de los niveles de colesterol por la presencia de ácidos omega-3 en su composición, también es considerado un antivomitivo natural, antioxidante, antiulceroso, analgésico y antiinflamatorio a nivel externo, digestivo en trastornos dispéptico, también está indicado en la profilaxis de náuseas y vómitos posquirúrgico en intervenciones menores.

Con lo anterior podemos concluir que debido a la carencia de conocimientos que se tienen sobre el uso y los beneficios del jengibre es necesario realizar investigaciones que permitan dar a conocer a los profesionales de la salud -en este caso a nosotros como nutriólogos- y a la sociedad en general saber más acerca de la aportaciones a la salud. Además de dar a conocer la incorporación del consumo para fines terapéuticos mediante el consumo diario.

Tips

Recomiendo un rompe ayuno que consiste en tomar una infusión hecha con 500 ml de agua, 2 cm de jengibre y 1/3 de raja de canela. Esta infusión ayuda a mejorar la digestión, a disolver y a procesar la grasa de algunos alimentos.

También es buena para eliminar toxinas, relajar al sistema nervioso, fortalecer el sistema inmunológico y es antiinflamatorio. Aunque hay que recalcar que no funciona como un quemador de grasa, sólo ayuda a metabolizar mejor. Para perder grasa se requiere de un balance energético en la dieta diaria que va a depender de los objetivos de cada persona y en conjunto con la asesoría de los nutriólogos.

Honor & respeto: matrimonio

Foto: Ling Tang

Ofrecer y hasta vender a sus hijos para hornar a la familia.

Por: Daniela Arellano @daniela__bam

MATRIMONIO
Uno de los tres eventos más importantes en la vida de una persona, siendo el nacimiento y la muerte los dos restantes.

"SHEN UN"
Aquellas mujeres solteras de 27 años denominadas "sobrantes".

ANUNCIOS
tienen la fecha de nacimiento, altura, nivel de estudios, profesión, entre otros.

DIFERENTE
es como ven a las personas que están solteras.

PEOPLE'S SQUARE
en Shanghái, todos los fines de semanas los padres ofertan a sus hijos para encontrarles pareja.

200 MILLONES
de personas, el 15% de la población del 2016 que se encontraban solteras. En el 2017, 36% de mujeres solteras en China no están buscando marido.

ORÍGENES

El Príncipe Zhou Gong creó las seis reglas del matrimonio en el Libro de los Ritos, siglo IX antes de Cristo.

"MEI SHUO ZHI YAN, MU FU ZHI MING"
Escuchar al agente matrimonial y obedecer las órdenes de los padres, es el principio del matrimonio.

Uno de los ritos era buscar la compatibilidad de la pareja por años, mes, día y hora de nacimiento.

EN LA ACTUALIDAD

Las novias suelen usar vestimenta tradicional roja simboliza suerte y el equilibrio entre el hombre y mujer.

Los invitados regalan a los novios un sobre rojo, este debe contener dinero.

Actualmente, se puede tener una boda tradicional, moderna o mixta.

TAMA SHOKUDO

Ubicación: Calle 64 #478B x 55 y 57
Centro 97000, 97000 Mérida, Yuc.
tel. 01 999 422 3066

Sitio web: tama-shokudo.site
@tamashokudo
@tamashokudo

AGOSTO - SEPTIEMBRE 2019