



GUIDE DE PALMA

6 OCTOBRE 2018

RAID URBAIN FÉMININ

POP IN
THE CITY

Con la colaboración de:

 Obra Social 'La Caixa'



POP IN THE CITY

**PALMA
DE MALLORCA**

RAID URBAIN FÉMININ
6 OCTOBRE 2018

Vous y voilà. Vous avez ouvert les yeux devant le panneau d'affichage à l'aéroport, trouvé votre horaire, confirmé avec le numéro de vol et vous savez maintenant que vous partez à Palma, aka PMI (son petit nom dans l'aérien), aka Mystère. Et nous, on souffle, car a priori, nous n'avons pas commis de boulette et la surprise est totale. Vous pouvez donc ouvrir ce City Guide car bien sûr, vous n'avez aucune autre source d'information fiable pour vous guider dans cette ville et dans l'île.

Et on commencera donc par une anecdote poétique : il paraît qu'autrefois les Mallorquins étaient très heureux car ils avaient 2 cathédrales : la vraie, — qui se dressera près de vous au départ de la course, — et celle

qui se reflétait dans la mer. Car oui !, la mer arrivait au cœur de la ville. Elle rejoint maintenant le lac par dessous

La ville est pétrie d'influences romaines byzantines, maure, avant la reconquête chrétienne au XIII^e siècle. Cela se voit énormément dans l'architecture des monuments. Ouvrez l'œil et levez le menton !

Au delà de la course inoubliable préparée par l'équipe, l'île est connue pour son sel, ses perles, ses amandes et le cuir...

Bon weekend et très très belle découverte.

La team Pop In

VOCABULAIRE

Angoisse, panique. Vos cours d'espagnol vous reviennent, ou pas. Reprenons à zéro : le J en espagnol est une sorte de H expiré qui gratte le palai. Le H en début de mot ne se prononce pas. Le R se roule rapidement. 2 R ? Vous pouvez y aller sur le roucoulement... S'il y a un accent sur une lettre : quand vous prononcez le mot, mettez votre vie dans cette syllabe-là !

Ici, on parle le mallorquin et le catalan. Eh oui, c'est reparti. Mais à priori, vous vous en sortirez très bien avec de l'Espagnol. Pour la lecture des noms en catalan, c'est quasiment comme si vous lisiez en français : les « j » se prononcent comme des J, les « ç » comme des C cédille. Pour le parler, c'est un mélange de Français et d'Espagnol. Par exemple : « Bell ver » (le chateau de Bellver sur la colline) signifie « Belle vue ».

LES CODES LOCAUX

Les mallorquins disent « **bondia** » pour bonjour.

Ils te demandent « **qué tal** » alors qu'ils n'attendent pas de réponse, ils sont même étonnés si tu réponds « **muy bien, gracias** ». Ils te disent « **Adeu** » (au revoir) alors que tu ne leur as pas dit Bonjour.

LA TAILLE DES PLATS

Du plus grand au plus petite : ración, ½ ración (media ración) et tapa. Eh oui, les tapas sont tout simplement de petites rations d'un plat.

SALIR DE TAPEOS

Rien à voir avec le tapin, ça signifie en fait : aller de bar en bar, boire une bière dans chacun avec une tapa.

ENSAIMADAS

Ce gâteau typique de l'île était le pêché mignon des classes aisées dès le XVII^e siècle. Dans son nom on trouve « saim », beurre en arabe. La pâtisserie est faite avec du gras de porc et sa forme torsadée est inspirée des turbans !

SE DÉPLACER DANS PALMA

DE L'AÉROPORT AU CENTRE VILLE

Bus de l'aéroport jusqu'au centre pour 5€ ou vous rassembler à plusieurs équipes du même vol pour prendre un taxi vers votre hôtel!

📍 Bus – Ligne 1

PASSE-DROIT

Le trafic dans la vieille n'est pas autorisé sauf pour les résidents – les taxis ne sont pas très chers et permettent de gagner pas mal de temps pour atteindre les extérieurs (Palma Arena, Parc Sa Riera, etc.)

FAIRE DU STOP

On en a fait dans l'île, ça marche plutôt bien! Et ça permet de rencontrer des locaux.

LOUER UN VÉLO POUR LA COURSE

Happy Bike Palma
50 vélos dispos pour Pop In Palma!

Tel: +34 871 043 191
+34 691 045 711 / +34 676 560 277

📍 Sant Felip Neri, 2,
🕒 Vendredi 9h30 – 23h

Reste semaine: lun-dim: 9h30 – 20h

➤ www.happybikepalma.com

Nano Bicycles

📍 C/ de la Mar, 10
+34 971 66 73 60

🕒 9h30 – 14h + 16 – 19h.

➤ www.nanobicycles.com/

Palma on Bike

+34 971 286 590
+34 637 673 294

📍 Av. Gabriel Roca, 15

🕒 9h – 19h

➤ www.palmaonbike.com/

LOUER UNE VOITURE

Rien de mieux pour aller découvrir d'autres coins de l'île ! Vous pourrez prendre votre voiture au centre de Palma et la redéposer à l'aéroport avant de prendre l'avion. De quoi partir à l'aventure pendant le reste de votre séjour.

Rien de mieux pour aller découvrir d'autres coins de l'île ! Vous pourrez prendre votre voiture au centre de Palma et la redéposer à l'aéroport avant de prendre l'avion. De quoi partir à l'aventure pendant le reste de votre séjour.

📍 Agence testée et recommandée :
Autos Castelló
+349 71 71 10 48
www.autocarescastello.es

Dites bien que vous êtes
popeuses !

TRANSPORTS EN COMMUN

Téléchargez l'appli des transports pour connaître l'arrivée des bus. Notez le numéro de l'arrêt, inscrit sur les abribus ! Très pratique pendant la course !

📱 Appli EMT Palma

OÙ MANGER, BOIRE UN COUP

ALERTE

Ici, contrairement au continent, on ne mange pas tard !

ANECDOTE VEGAN :

« Je voudrais une tapa sans viande, sans poisson et sans œuf.
– Je n’ai rien. »

Vegan en Espagne, un combat de tous les jours.

Le végétarien sera sauvé à Mallorca : le tumbet ♥ est servi dans presque tous les restos de l’île. Autre plat délicieux : la coca de trampó, une espèce de pizza aux légumes l’île.

BOIRE DES COUPS

CUBA

Le point de chute de l’équipe au cours de tous ses déplacements à Mystère (enfin, après 20h, rassurez-vous)

📍 [Hostal Cuba, Carrer de Sant Magí, 1](#)

BAR BOSCH

Bar très animé. Pour être dans le coup, c’est ici qu’il faut les boire, ces coups. Tapas, bières, vin et bien sûr toujours plus en Espagne !

📍 [Plaza Rei Joan Carles I, 6](#)

LA RUTA MARTIANA

C'est la Ruta Martiana : c'est une zone dédiée uniquement aux tapas : 25 bars, hyper créatifs et inventifs gastronomiquement parlant (et c'est réussi pour celles qui s'inquièteraient). Le but c'est bien sûr de passer par tous pour choisir sa meilleure tapa, accompagnée, claro, d'une caña (bière) ou d'un zurito (un verre de vin).

Nos recommandations :

Le Molta Barra ; le Sa jugueteria et le Sa corbata.

On ne recommande pas : le café Gaudi, cher et le service antipatique.

🕒 Tous les mardis soirs, Ruta Martiana

BAR MELIA BOSQUE

Boire un verre au bord de la piscine, style Miami Beach. Cool.

📍 Carrer Camilo José Cela, 5

BAR MARÍTIMO

Aux antipodes du bar recommandé juste avant, ce bar est le repère des vieux de la vieille, pas un touriste, 100 % pur jus...

📍 Passeig Marítim, 11

RESTOS

RESTAURANTE MUSEU ES BALUARD

Avec une super terrasse panoramique et vue sur le port... vous ne direz pas non à ces derniers rayons de soleil avant l'automne...

📍 Plaça de la Porta de Santa Catalina, 10

ABACO

Resto très cool pour dîner, avec déco traditionnelle ! Un passage obligé. (On imagine déjà les gros titres du lundi 8 octobre : « le gérant de l'Abaco fait un burn out après avoir vu passer 550 femmes »)

📍 Calle San Juan, 1

EMILIO

Resto recommandé par les locaux, et pas n'importe lesquels. Au menu : ceviche de poisson à gogo, et il paraît que c'est délicieux !

📍 Carrer de la Concepció, 9

LA PARADA DEL MAR

Pour les amatrices de poissons, « la parada del mar » à Portopi propose des pêches fraîches comme si vous étiez au marché. Devant les étals de poissons, on choisit son produit et les chefs le cuisinent à la plancha.

RAM BAR

Super bar à tapas de locaux et cocktails excellents. Recomendado !

📍 La Rambla, 20

CANELA

Cuisine délicate et élaborée, service très attentionné.

📍 Carrer Sant Jaume, 13

BODEGA LA RAMBLA

Pour manger un variado à toute heure, c'est ici.

📍 Via Roma, 6

MERCATS (LES MARCHÉS)

MERCAT DE L'OLIVAR

Le Mercat de l'Olivar est considéré comme le marché municipal le plus complet de la ville avec ses trois espaces : viande, fruits et légumes et poisson (la partie poisson est vraiment incroyable – venez tôt si vous souhaitez en profiter !). C'est ici que tous les locaux viennent choisir leurs produits du quotidien. Stand de food, tapas, c'est ici que vous goûterez au meilleur frito mallorquin.

📍 Mercat de l'Olivar

BOIRE UN VERRE

S'ESCORXADOR

En lieu et place des anciens abattoirs de Palma, on trouve différents stands de food, on picore et on s'assied où on veut. Le même concept a été décliné au niveau du paseo marítimo : « mercat 1930 ».

📍 Mercado Gastronomico de San Juan

DOUCEURS LOCALES À NE PAS MANQUER

MANGER UNE GLACE À L'AMANDE ET DES ENSAIMADAS

MANGER UNE GLACE À L'AMANDE ET DES ENSAIMADAS

La glace à l'amande est le goûter obligatoire sur l'île, et le café **\$!%#@ la fait extrêmement bien (on vous laisse trouver la prononciation).

PS: on dit «helado de almendras»

PS2: c'est peut-être votre dernière glace estivale de l'année, alors on n'hésite pas!

📍 Carrer de Can Sanç, 10

SE REMPLIR DE BON PAIN

FORNET DE LA SOCA

Du pain traditionnel, parfait pour un petit dej avant d'aller explorer la ville!

📍 Plaça Weyler 9

ES REBOST

Installé en lieu et place du plus vieux café de Palma (le café Cristal), c'est la café favori de nos créatrices de course.

📍 Plaza España

LES PLATS À NE PAS RÂTER

ARRÒS BRUT

Une sorte de risotto aux légumes, des escargots (caracoles)... une tuerie. Même si le plat signifie « riz sale » !

TUMBET & COCA DE TRAMPÓ

2 plats qui font honneur à la richesse de la terre de l'île en sublimant les légumes locaux. Le kiff.

FRITO MALLORQUIN

Le favori de beaucoup de locaux ! Si le foie ne vous fait pas peur, il vient cuisiner avec ses copains du potager : les légumes.

EMPANADAS DE ANGUILA

Les empanadas (le calzone local) à l'anguille. Une des fiertés locales.

QUE FAIRE LE VENDREDI OU LE DIMANCHE ?

14

FAIRE LA KÉKÉ SUR LA MER

KAYAK À MOTEUR, WAKEBOARD, FLY BOARD

On nous dit que c'est le lieu et le moment de tester tout un nombre d'activités mystérieuses comme le flyboard (la planche qui vole au-dessus de l'eau) ou le kayak à moteur... avec un prof. Vous aurez un coupon - 10 % dans votre sac popeuse.

📍 Club Nautico Portixol: Qua Qua Events

BOIRE DES COUPS

Boire du Rebemtat au bar le dimanche, ou le passer à la plage de « Es Trenc » pour profiter d'un concert à S'embat. Passer son samedi après-midi au « tardeo » de Santa Catalina, comme tous les trentenaires.

FAIRE SA REINE DU XIIIIE

VISITER LE PALACIO ALMUDAINA ET LA CATHÉDRALE

Le palais royal car c'est un lieu magique, et la cathédrale pour son architecture impressionnante.

VOIR LA VUE

MONTER AU CHATEAU BELLVER

1. Prendre la ligne 1 jusqu'à l'arrêt 11-Passeig Marítim 33, une fois face à l'énorme Titos, prendre les escaliers sur sa gauche et les grimper pour rejoindre la Plaça Gomila.

2. Prendre la 3 ou 20 jusqu'à l'arrêt 97-Plaça Gomila. Puis : rejoindre la Carrer de Bellver, indiquée par un panneau « Castell de Bellver » sur la droite sur l'avenue. Remonter la route et vous tomberez nez à nez avec la grille du parc.

2 MUSÉES

CASAL SOLLERIC, ES BALUARD

Plouf plouf : expos artistiques et culturelles, art moderne ou histoire de la ville ?

GEN CULTURA

Idéal pour ne rater aucun événement culturel. C'est aussi un très bon guide touristique !

FAIRE DE LA RANDO

PAS ENCORE FATIGUÉES ?

L'île recèle de sentiers de rando superbes (GR, « senderismo »), entre forêt, montagnes, bord de mer ou villages.

Quelques exemples :
de Sant Elm à la Trapa (bord de mer), 2h30, circulaire.
Puig des Galatzó (montagne, depuis Estellencs) 4h, circulaire.

➤ senderosdemallorca.com

Et on fera des challenges plus fatigants au prochain Pop In.

SORTIE EN MONTAGNE

Bourruée d'escalade et de via Ferrata ? Vous trouverez votre bonheur chez Doble 8, centre d'escalade spécialisé dans les sorties en montagne !

➤ <http://www.doble8rocodrom.com/>

VISITER L'ÎLE

SE Baigner dans les Calas

Nos villages favoris sur la côte nord : Banyalbufar, Port de Sa Calobra, Port de Pollença... on adooooore cette route. Et surtout, ouvrez l'œil pour les Calas (les criques) indiquées le long de la route... n'hésitez pas à vous aventurer en voiture et choisir votre préférée.

Quelques-unes de nos préférées : Cala Varquès pour les amoureuses de la nature, le sentier douanier de Cala Torta (sentier du GR222), bordé de nombreuses criques, le petit port de Cala Figuera niché dans une crique bordée de maisons blanches aux volets bleus et verts.

POPIN
THE CITY

VIS
MA VIE
DE PALMESAN

« SIESTA
DIGESTIVE »
A 16H

TOMBER SUR UN NOUVEAU
« TOMEU »
À CHAQUE RENCONTRE

SWITCHER
ENTRE
CASTILLAN
ET
CATALAN

COMMENCER
LE TRAVAIL
TRÈS TÔT
ET FINIR...
TRÈS TÔT
(15H)

ALLER MANGER UN
« VARIADO »
À N'IMPORTE QUELLE HEURE

DÎNER D'UN
TAMBOLI
LE WEEKEND

GLOUTONNER
DES
ENSAIMADAS

DIRE QUE MAGALUF EST LE
PIRE ENDROIT
QUI EXISTE...

SE FAIRE UNE
INFUSION AUX
HERBES
LOCALES

BBO-TER DANS LA RUE
PENDANT LES FÊTES DE
SAN SEBASTIAN



WWW.
POPINTHECITY.
COM

DESIGN GRAPHIQUE
ATELIER MARGE DESIGN