

# fortaleza palpites hoje - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: fortaleza palpites hoje

---

Seus escritórios do século XVIII no topo da pitoresca cidade velha de Tallinn casam elegância com eficiência, e a câmara 8 neoclássica capaz para projetar papéis comerciais na parede. Lá fora há uma varanda à beira-mar onde Kallas às vezes se 8 sentava s Vezen; vista gloriosa sobre o Golfo das Finlândia...

Mas, no último ano Kallas parece destinada a deixar o centro 8 da política estoniana. Na quinta-feira ela foi aprovada pelos líderes europeus como próxima alta representante do bloco para políticas externas

Um 8 dos grandes pontos fortes de Kallas é a clareza e aparente ausência da dúvida com que ela traduz **fortaleza palpites hoje** políticas. 8 Ela sabe o quê pensa, como dizê-lo; pode fazê-la fluentemente nas mais diversas línguas: francês s/n (francês), inglês ou finlandês 8 - russo – claro! É isso quem fez dela uma primeira líder europeia colocada numa lista russa desejada por razões 8 não surpreendentes do seu tempo para marcar presença na Ucrânia será um sinal evidente sobre Rússia...

**Editor's Note: Esta serie es patrocinada por el país que destaca. Conservamos el control editorial total sobre el tema, la presentación y la frecuencia de los artículos y videos dentro del patrocinio, en conformidad con nuestra política.**

Amy Subaey siempre tuvo un espíritu aventurero, pero en 2024 emprendió su aventura más grande hasta el momento.

Nacida y criada en Minnesota, también ha vivido en Bahréin y Egipto y se mudó a Dubái, en los Emiratos Árabes Unidos (EAU), en 2002. Pero cuando fue repentinamente despedida de su puesto como instructora de inglés en una empresa de energía durante la pandemia de Covid, se encontró desempleada en un país extranjero con su hija adolescente y sin idea de a dónde dirigir su carrera.

Así que decidió seguir su pasión.

Entusiasta de la senderismo y la escalada en montaña, durante su tiempo en Dubái, Subaey había luchado por encontrar personas con las que hacer senderismo, así que en 2011 había comenzado un grupo de senderismo de fin de semana. Unos años más tarde, lo convirtió en un negocio llamado UAE Trekkers, que ofrece caminatas de fin de semana mientras continúa enseñando inglés a la semana.

"Sabía que quería crear algo inclusivo y que alentara a las personas a salir y explorar lo que Dubái tenía para ofrecer fuera de la ciudad. De ahí en adelante, se desencadenó", dice Subaey. "Hay mucha gente en Dubái, no saben que hay algo más allá de la ciudad. Mucha gente no se da cuenta de que hay tanta naturaleza aquí: se sorprenden".

Después de perder su trabajo en 2024, Subaey, que ahora tiene 55 años, decidió concentrar sus energías en UAE Trekkers, que ahora tiene 30.000 seguidores en las redes sociales y ha ofrecido caminatas guiadas a más de 60.000 personas.

Ya no trabajando de nueve a cinco en la universidad, regularmente se despierta a las 3 am en los días de semana para liderar caminatas alrededor de algunos de los paisajes más espectaculares que rodean Dubái, como el exclave de Hatta, Sharjah, Fujairah y el país vecino de Omán, hogar del Cañón de la Serpiente, un desfiladero profundo que permite a los excursionistas sumergirse en sus pozos llenos de agua. Incluso ofrece un especial caminata al atardecer a través del

desierto de Liwa en Abu Dhabi, utilizado como locación para filmar "Dune Part Two" (El distribuidor del cual comparte una empresa matriz, Warner Bros. Discovery, con **fortaleza palpites hoje** ).

El objetivo de Subaey siempre ha sido sacar a la gente de la ciudad de Dubái, a la naturaleza y enamorarse de la caminata.

"No puedes realmente sentir tus problemas cuando estás afuera en la naturaleza", dice. "Solo estar afuera en el aire fresco es tan tranquilo, me hace más absorbido en el momento presente. Me quedo afuera durante tres o cuatro horas y una vez que regreso, me siento tan refrescado".

Desde el principio, Subaey estaba decidida a hacer un cambio positivo, teniendo todas sus caminatas dirigidas por guías femeninas.

"Nuestros desafíos iniciales fueron superar el estereotipo de cómo debería verse un guía de senderismo", dice Subaey. "El guía estereotipado tiene fuerza física y resistencia y enfatiza el senderismo como una herramienta para mejorar su acondicionamiento físico, físico, velocidad y distancias más largas".

Contrariamente a la corriente principal, Subaey empleó a educadores actuales y anteriores, así como a madres, como ella, como guías. De esto, UAE Trekkers desarrolló un enfoque "centrado en el estudiante" que atiende a nuevos caminantes, desde el aula hasta los senderos.

"El senderismo tiende a ser una manera en que la gente puede mostrar rápidamente qué tan en forma está, o a qué velocidad puede ir, y realmente queríamos eliminar ese ambiente competitivo y atender todos los niveles", dice Subaey.

Pero incluso las caminatas dirigidas a principiantes pueden requerir una planificación extensa.

"La mayoría tiene la idea de que una caminata es tan simple como ponerse los tenis y agarrar medio litro de agua para un tres horas en lo que suelen ser regiones remotas del país - sin servicio celular o acceso al agua o sombra", dice Subaey.

"No incluye cosas como verificar el pronóstico del tiempo, determinar qué lugares son riesgosos si hay mal tiempo, usar botas de senderismo para evitar torcer un tobillo y tomar suficiente agua para evitar la deshidratación y el agotamiento por calor".

Una vez que los principiantes están equipados con el conocimiento necesario, están libres de aventurarse por su cuenta, aunque muchos eligen continuar haciendo senderismo con una guía.

Los guías certificados de UAE Trekkers brindan a los caminantes coaching sobre cómo prepararse para las caminatas, qué llevar y cómo aprovechar al máximo la experiencia. También educan a los principiantes sobre cómo manejar emergencias mientras caminan, como el agotamiento por calor y el manejo de terrenos difíciles, y educan a los excursionistas sobre la flora, la fauna, la geología, la historia y la cultura de la zona mientras están en el sendero.

Los huéspedes pagan hasta 275 dirhams (75 dólares) por una caminata guiada especializada, refrigerios, jugo y equipo de senderismo, con caminatas para principiantes que se extienden por 9 kilómetros (5,6 millas) y duran alrededor de tres horas. Pero lo que mantiene a los huéspedes regresando, afirma Subaey, es la oportunidad de conectarse entre sí, así como con la naturaleza. El multiculturalismo de Dubái combinado con el grupo diverso de turistas, residentes y visitantes, permite a los excursionistas conocer a otras personas de todo el mundo.

"Estoy constantemente conociendo a personas de todas partes, estoy constantemente sorprendida por lo lejos que han viajado. Creo que aquellos que hacen senderismo con nosotros realmente aprecian eso", dice Subaey.

"Definitivamente hay un sentido de comunidad en Dubái que no encontré en los EE. UU.", agrega. "La gente comienza a hablar entre sí. Se conocen. Están conociendo diferentes tipos de personas, diferentes edades, diferentes nacionalidades: es un estereotipo de que Dubái solo es accesible para los muy acaudalados".

Alegre con su nueva carrera, incluso tiene planes de abrir un retiro de senderismo en Lima en los próximos años.

"La mayoría de la gente no se da cuenta de cuánta belleza cruda hay aquí. Me encanta ver la

expresión en la cara de la gente cuando ven una de las vistas impresionantes de Dubái", dice.  
"Es como si mi misión estuviera completa".

---

**Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: fortaleza palpites hoje

Palavras-chave: **fortaleza palpites hoje - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-25