

Discover South America's jewel

Ecuador

BY DANIELLE PALM



The colourful Santa Ana hill.

¿Te cuesta decidir si en tu próximo viaje quieres ir a bucear, caminar, comprar en tiendas de lujo o relajarte en medio de la naturaleza? ¡Hazlo todo en Ecuador! La capital de esta joya suramericana, San Francisco de Quito (o simplemente Quito), ofrece todo lo que puedas esperar de una visita a la ciudad: tiendas, una arquitectura deslumbrante, una rica historia, arte contemporáneo y tradicional y excelentes restaurantes.

Quito es también un lugar central que te permite viajar con facilidad a las cuatro regiones distintas de Ecuador. A tan sólo 10 minutos fuera de la ciudad, ya tendrás la sensación de estar en otro planeta. Si buscas aire fresco y un lugar para relajarte, los picos nevados de los Andes ofrecen senderos espectaculares donde puedes montar a caballo y observar el vuelo del cóndor. O adéntrate en el Amazonas para disfrutar la magia de la selva y divertirse en el río. Para playas y exquisitas comidas, lo mejor es tomar tus vacaciones en la región costera. Y los aficionados a la naturaleza deberían tomar un avión a las Islas Galápagos, con su flora y fauna únicas.

Quito

La capital de Ecuador tiene el encanto de las grandes ciudades y, sin embargo, no se parece a ninguna otra ciudad grande del mundo. El Distrito Histórico de Quito fue uno de los primeros

lugares en ser declarado por la UNESCO como Sitio del Patrimonio Mundial, y es el centro urbano histórico mejor conservado y menos alterado de América Latina. Según la UNESCO, Quito fue construida por los españoles en el siglo XVI sobre las ruinas de los Incas, lo que quiere decir que hay muchas joyas arquitectónicas que admirar. La ciudad cuenta con más de 200 iglesias, y en los monasterios de San Francisco y Santo Domingo y la Iglesia y el Colegio Jesuita se puede encontrar una fusión de arte español, italiano, mudéjar, flamenco e indígena.

La influencia de dos de los imperios más dominantes del mundo se puede observar no sólo en su arquitectura sino también en sus tradiciones, la diversidad étnica de su población, las lenguas que se hablan y en toda la ciudad. Sus modernos centros comerciales compiten con las tiendas de diseño contemporáneas. Si lo tuyo es el

Can't decide if you want to go diving, hiking, luxury shopping or relax in nature on your next trip? Do it all in Ecuador! The capital of this South American jewel, San Francisco de Quito (or just Quito), offers everything you'd want in a city trip: shopping, stunning architecture, rich history, contemporary and traditional art and fine dining.

Quito is also a convenient hub to the four distinct regions of Ecuador. Venture just 10 minutes out of the city and you'll feel like you're on another planet. If you're looking for fresh air and relaxation, the snowy mountain caps in the Andes offer breathtaking horseback riding trails and soaring condors. Or head out to the Amazon for lots of greenery, fun on the river and magic. Beach vacations and foodie outings are best taken in the coastal region, while nature buffs should fly to the Galapagos Islands for its unique flora and fauna.

Quito

The capital of Ecuador has some major big city appeal, yet it is unlike any other big city in the world. Quito's Historic District is among the first sites to be listed as a UNESCO World Heritage Site and it is the best preserved and least altered historic city center in Latin America. According to UNESCO, Quito was built in the 16th century on Inca ruins by the Spanish, which means there are plenty of

architectural gems to admire. The city boasts more than 200 churches and a fusion of Spanish, Italian, Moorish, Flemish and Indigenous art can be found in the monasteries of San Francisco and Santo Domingo and in the Church and Jesuit College of La Compañía.

The influence of two of the world's most dominant empires can be seen not only in Quito's architecture, but also in its traditions,

Basilica de la Merced in Guayaquil city.

arte, no puedes dejar de visitar La Ronda, calle donde podrás admirar las obras de numerosos artistas, como el popular artista contemporáneo Oswaldo Guayasamín, y hasta podrás ver a algunos de ellos en acción. Para las personas que aguantan, cada año en diciembre se celebra un festival de toros. La cocina quiteña es una mezcla de comidas precolombinas y coloniales con fuertes influencias andinas e ibéricas. Si te gusta el ceviche, ¡Quito es tu ciudad!

A una altitud de 2.850 metros y situada cerca de un volcán activo en la región andina, Quito brinda unos panoramas increíbles que se extienden por muchos kilómetros. La ciudad cuenta asimismo con numerosos parques, incluido un parque de eucaliptos, que complacerán a todos los amantes de la naturaleza. Sin embargo, el mejor lugar para tomarte un selfie es, probablemente, la línea ecuatorial. Tal vez deberías ir pensando en un hashtag ingenioso que logre describir la sensación de tener al mismo tiempo un pie en el Hemisferio Norte y el otro en el Hemisferio Sur.

A lo mejor es esta mezcla tentadora entre vida urbana, atracciones y selva la que hace que personas del mundo entero se enamoren de esta ciudad. Rebecca Braak, originaria de los Países Bajos y gran aficionada a los caballos, no es ninguna excepción. Visitó la zona hace pocos años como voluntaria en una finca de caballos, se enamoró del país y de su gente (y de una persona en particular) y se mudó a Quito en el 2014. En la



the ethnically diverse population and the languages spoken throughout the city. Modern shopping malls are rivaled by contemporary design shops. If art is your thing, a visit to La Ronda street is a must. There you can admire the work of many artists, including the popular contemporary artist Oswaldo Guayasamín and even see some of them in action. For those who can stomach it, there's a bull fighting festival held yearly in December. Quiteño cuisine is a mix of pre-Colombian and colonial with strong Andean and Iberian influences; ceviche lovers rejoice!

At an altitude of 2,850 meters and located near an active volcano in the Andes region, Quito offers incredible views that go on for miles. There are also many parks in the city, including a eucalyptus park, to please any

nature lover. However, the best place to take a selfie is probably on the equatorial line. You might need to start thinking of a clever hashtag that can describe the sensation of having simultaneously one foot in the Northern Hemisphere and the other in the Southern Hemisphere.

It is perhaps this enticing mix of big city life, attractions and greenery that makes people from all over the world fall in love with the city of Quito. Rebecca Braak, originally from the Netherlands and a big fan of horses, is no exception. Rebecca visited the area a few years back as a volunteer on a horse ranch, fell in love with the country and its people (one local in particular) and moved to Quito in 2014. She currently runs Rebecca Adventure Travel (www.rebeccaadventuretravel.com)

offering tailor-made adventures in Ecuador. "The South American way of living really appealed to me. It's all about family," she says.

Four distinct regions

Ecuador is a tour operator's dream. The country is relatively small, but has four distinct regions - the Andes Mountains, the Amazon rainforest, the coast and the Galápagos Islands- with Quito in the middle of it all. "There are so many places to visit and they all offer a different experience," Rebecca says. "Even if you just have a few days for a city trip to Quito, you can discover many sides of Ecuador. Venture a mere ten minutes out of the city and you'll feel like you're in the remotest of places," she says. Just outside of Quito at an elevation of 1,400 meters above sea level you'll encounter rainforest creatures such as toucans and hummingbirds. Climb a few thousand meters and you'll feel like you just landed on the moon.

Packed beach in Montanita.



actualidad es gerente de Rebecca Adventure Travel (www.rebeccaadventuretravel.com), agencia que ofrece aventuras personalizadas en Ecuador. "Me encantó la forma de vivir de los suramericanos. En el centro está la familia," dice.

Cuatro regiones distintas

Ecuador es un sueño para los operadores turísticos. Aunque el país es relativamente pequeño, cuenta con cuatro regiones bien diferenciadas - las montañas de los Andes, la selva amazónica, la costa y las Islas Galápagos - con Quito en el puro centro. "Hay tantos lugares que visitar, y todos ofrecen una experiencia distinta," dice Rebecca. "Aunque sólo tengas pocos días para una visita a Quito, podrás descubrir muchos aspectos de Ecuador. A tan sólo diez minutos fuera de la ciudad ya tendrás la sensación de estar en el lugar más alejado del mundo." Nada más saliendo de Quito, a una altura de 1.400 metros sobre el nivel del mar, encontrarás animales de la selva tropical, como tucanes y colibríes. Sube unos cuantos miles de metros y tendrás la sensación de que acabas de aterrizar en la luna.

Las Islas Galápagos

Si las Islas Galápagos aún no están en tu lista de lugares por conocer antes de morir, deberías agregarlas. Estas islas se formaron por la prolongada actividad sísmica y volcánica. Ésta y



Amazing view of the majestic Cotopaxi volcano.

“It’s perhaps this enticing mix between big city life, attractions and greenery that makes people from all all over the world fall in love with the city”

su extremo aislamiento dieron lugar a una flora y fauna únicas. Cada una de las islas cuenta con sus propias especies endémicas. En San Cristóbal viven leones marinos, en Isabela puedes admirar pingüinos, y en las otras islas se encuentra la única iguana marina del mundo, junto con tortugas gigantes y otros animales y plantas poco comunes. Hecho divertido: son estos animales únicos los que inspiraron la teoría de Charles Darwin sobre la evolución por selección natural. Si te llama más la atención la vida submarina, te alegrará saber que las Islas Galápagos brindan oportunidades únicas para bucear debido a su ubicación. Gracias a que las islas se encuentran en un lugar donde confluyen tres corrientes oceánicas, según la página web de la UNESCO constituyen un crisol de especies marinas. Pingüinos, tiburones y diferentes especies de coral que sólo se dan en esta región forman parte del espectáculo de vida silvestre submarina.

Este museo vivo, único en su especie y escaparate de la evolución, también ha llamado la atención de la UNESCO. La zona fue designada sitio protegido, lo cual es una buena noticia, porque la evolución continúa hasta hoy mientras que ha aumentado el turismo. Si te dan miedo las situaciones tipo Disney World, deja de preocuparte. En las islas no se permiten más turistas que los que quepan en las avionetas que van y vienen entre el Ecuador continental y las islas.

La costa

Si lo tuyo no es montarte en una avioneta y cruzar el océano para salir en busca de animales curiosos, siempre tienes la alternativa de ir a la costa ecuatoriana. La zona costera cuenta con un sinfín de hermosas playas y encantadores pueblos pesqueros. “Puedes bañarte, bucear y probar los mariscos más frescos de Ecuador. Mi plato favorito, sin duda, es el ceviche,” dice Rebecca.

The Galápagos Islands

If the Galápagos Islands are not on your bucket list, you might want to add them. The Galápagos were formed by ongoing seismic and volcanic activity. That and the extreme isolation led to the development of unique flora and fauna. Each of the islands has its own endemic species. San Cristobal is home to sea lions, while on Isabela you can admire penguins, while the other islands are home to the only marine iguana in the world, giant tortoises and other unusual plants and animals. Fun fact: it's these unique animals that inspired Charles Darwin's theory of evolution by natural selection. If you're more of an underwater life enthusiast, you'll be happy to know that the Galápagos offer unique diving opportunities due to their location. Located at the confluence of three ocean currents, the islands are a melting pot

of marine species according to the UNESCO website. This underwater wildlife spectacle features penguins, sharks and coral species unique to the area.

This unique living museum and showcase of evolution has also captured UNESCO's attention and the area is a protected site. Which is a good thing, because the evolution continues today, even while tourism has increased. If you fear Disney World type of situations, you don't have to worry. Only as many tourists as fit in the small airplanes flying to and from the islands are allowed to roam about.

The Coast

If hopping on a small plane and crossing an ocean to wander around odd looking animals isn't your thing, you can always

head out to the Ecuadorian coast instead. The coastal region is dotted with beautiful beaches and charming fishing towns. "You can swim, dive and taste the freshest seafood in Ecuador. Ceviche is definitely my favorite," says Rebecca.

The Andes

According to Rebecca, a horse aficionado, the best way to explore the Andean region is on horseback. "The only way to access certain areas is by foot, by bike or on horseback. I'm a lazy person, so the choice is easy for me," she says jokingly. But that's not the only reason to learn how to ride a horse. "Horses are indigenous to the region. If you want to really connect with nature and be part of your surroundings, traveling by horse is your best option. The height also allows you to enjoy the views and your surroundings from a vantage point," says Rebecca. Due to the elevation Rebecca recommends listening intently to your body. "Drink lots of water on your

Pinnacle rock landscape.



Los Andes

Según Rebecca, la mejor forma de explorar la zona andina es a caballo. "Hay ciertas áreas donde sólo se puede entrar a pie, en bicicleta o a caballo. Como soy tan perezosa, no me cuesta escoger," dice en broma. Pero ésa no es la única razón para aprender a cabalgar. "Los caballos son autóctonos de la zona. Si de verdad quieres conectarte con la naturaleza y ser parte del entorno, tu mejor opción es desplazarte a caballo. La altura también te permite disfrutar de las vistas y del ambiente desde una posición privilegiada," dice Rebecca. Debido a la altitud, Rebecca recomienda observar atentamente las señales del cuerpo. "Cuando vengas, toma mucha agua. Si necesitas un descanso, acuéstate tranquilamente. ¿Te provoca comer papas fritas y tomar Coca Cola en la mañana? Hazlo. Asegúrate también de llevar siempre algo de comer y de beber. El Paracetamol también es maravilloso." Las excursiones a caballo que ofrece Rebecca Adventure Travel son para todas las edades. "Eso es lo bueno de andar a caballo. Disfrutas, dominas tu respiración, y el caballo hace todo el trabajo."

El Amazonas

Si te atrae la idea de hospedarte en cabañas tradicionales en la jungla, apúntate para una aventura en el Amazonas durante tu visita a Ecuador. Según Rebecca, las frescas horas matutinas son el mejor momento para ver la selva, y tu mejor opción para conocerla es en canoa. Aprende acerca de los usos medicinales de plantas y descubre

flight over. If you need a rest, go ahead and lie down. Craving chips and cola in the morning? Do it. Also make sure you always take something to eat and drink with you. Paracetamol works like a charm too," says Rebecca to relieve altitude sickness. The horseback riding tours Rebecca Adventure Travel offer are for all ages. "That's the great thing about traveling on horseback. You get to enjoy, control your breathing, while the horse does all the work," she says.

The Amazon

If lodging in traditional jungle cabins sounds appealing to you, book an Amazon adventure while visiting Ecuador. According to Rebecca, the brisk morning hours are the best time to see the rainforest and the canoe is your best bet. Learn about the medicinal uses of plants and discover all the different species that live in the rainforest. On your exploration you are sure to encounter monkeys, dolphins, parrots, snakes and frogs. If you're not scared of the dark

you can also venture out at night in search of nocturnal animals. Diehards can also try fishing for piranhas.

Tips from a pro

Through Rebecca Adventure Travels, Rebecca has had the opportunity to explore all the unique sites in Ecuador. "There are so many things to discover in Ecuador. If money and time are no object, I would recommend my 21-day luxury tour, where we visit all my favorite places." It starts off in Quito, where you'll visit the old town, walk along the equator line, hike up a volcano and soak in the art scene. Next you'll head off to the smaller cities Otavalo and Cotacachi where you'll be able to interact with the indigenous people and buy traditional arts and crafts. The tour includes horseback riding, a visit to Inca ruins, a trip to the Galápagos Islands, a luxurious cruise and some beach time.

If you are pressed for time, however, Rebecca recommends starting off in Quito

and choosing either the Galápagos Islands, the coastal region or the rainforest to make your trip complete. "Quito is close to everything, so even if you have just a few days or a week, you can still see a lot of what Ecuador has to offer," she says.

Rebecca recommends heading to your local physician first and checking what type of vaccines are advised. When in the big city, she does warn tourists to mind their belongings. "Quito, for example, is like any other major city. Don't venture out alone at night or wave around your valuables. Transportation by taxi is the safest, but make sure you hop on registered cabs. They are all equipped with reliable meters, cameras and a panic button just in case," Rebecca says.

Planning your next trip to Ecuador? Visit www.rebeccaadventuretravel.com for inspiration. For more information on Quito, visit www.quito.com. ●●●

Rebecca Braak

las diferentes especies que viven en la selva. Durante tu exploración, es seguro que verás monos, delfines, loros, serpientes y ranas. Si no te da miedo la oscuridad, también puedes salir de noche en busca de animales nocturnos. Los fanáticos de verdad también pueden tratar de pescar pirañas.

Consejos de una profesional

A través de Rebecca Adventure Travel, Rebecca ha tenido la oportunidad de explorar todos los sitios únicos de Ecuador. "Hay tantas cosas que descubrir en Ecuador. Si cuentas con el dinero y el tiempo, recomendaría mi tour de lujo de 21 días, durante el cual visitamos todos mis lugares favoritos." El tour comienza en Quito, donde visitarás el centro antiguo, caminarás sobre la línea del ecuador, subirás un volcán y te sumergirás en el mundo del arte. Luego saldrás a las ciudades más pequeñas de Otavalo y Cotacachi, donde podrás interactuar con los indígenas y comprar artesanías tradicionales. El tour incluye un paseo a caballo, una visita a las ruinas incas, un viaje a las Islas Galápagos, un lujoso crucero y un poco de tiempo libre en la playa.

Si, en cambio, no dispones de mucho tiempo, Rebecca recomienda que comiences en Quito y luego escojas entre las Islas Galápagos, la zona costera o la selva tropical para completar tu viaje. "Quito queda cerca de todo, así que con sólo algunos días o una semana a tu disposición, te permite ver gran parte de lo que ofrece Ecuador," dice.



Rebecca recomienda que visites al médico de tu localidad para averiguar qué tipo de vacunas se necesitan. En la gran ciudad, si advierte a los turistas que cuiden sus pertenencias. "Quito, por ejemplo, es como cualquier otra gran ciudad. No salgas solo por la noche ni enseñes tus cosas de valor. El transporte más seguro es el taxi, pero debes cerciorarte de hacer uso de los taxis oficiales. Todos cuentan con taxímetros confiables, cámaras, y un botón de pánico por si acaso," dice Rebecca.

¿Piensas viajar a Ecuador? Inspírate en www.rebeccaadventuretravel.com Para más información sobre Quito, visita www.quito.com. ●●●