**5 Destinos naturales de Panamá para visitar y reactivar el turismo interno**

*Descubre tu lado más aventurero y apoya el turismo local visitando estos maravillosos lugares acompañado de tu G-SHOCK*

**Ciudad de Panamá, 22 de enero de 2021.** Panamá es mucho más que un país con una posición geográfica privilegiada, es un territorio de grandes riquezas naturales y destinos maravillosos para conocer. A nivel turístico tiene un amplio abanico de posibilidades para aquellos locales y visitantes que prefieren estar en contacto con la naturaleza y realizar actividades al aire libre. Debido a la pandemia, es una realidad que el turismo ha sido uno de los sectores más afectados. Sin embargo, el panorama comienza a aclarar y las actividades turísticas se retoman paulatinamente.

En un aspecto en el que muchos expertos coinciden es que, siempre y cuando las medidas oficiales lo permitan, el apoyo de los locales al turismo de su país es clave. [**Celena Cerrud**](https://www.instagram.com/solsea/)**, senderista y activista ambiental panameña**, considera que hacer turismo interno es una buena forma de poner a andar la economía, especialmente para comunidades y pequeños empresarios que dependen de este sector. “Además, cuando uno viaja al extranjero y conoce a otras personas, se produce un intercambio cultural y poder hablarles sobre las bellezas naturales que tiene nuestro país, es una gran satisfacción. Tenemos infinidad de lugares por explorar y una buena cantidad están disponibles y accesibles a todos” explica.

Para descubrir las maravillas de Panamá no necesitas mucho más que tener ganas y prepararte con los implementos necesarios como tu botella de agua reutilizable, y un reloj que resista impactos y al agua hasta a 200 metros, como

* 1. HOCK. Conoce a continuación, de la mano de esta aventurera local, 5 destinos naturales imperdibles del istmo para apoyar la reactivación del turismo:
     1. **Guna Yala:** Destino imperdible para todo nacional o extranjero, y si ya lo conoces, tal vez es momento de regresar nuevamente. Aquí están muchas de las mejores y más paradisíacas playas del país. También es una buena oportunidad para conocer más de esta maravillosa comunidad indígena, sus costumbres y cultura. Si lo tuyo es la aventura, prepara tu snorkel para descubrir la vida marina, una de las actividades más populares. No olvides llevar un reloj resistente al agua como el [GBX-100](https://www.casio-intl.com/latin/es/wat/watch_detail/GBX-100-2/), que además es el favorito de los amantes de la aventura y los surfistas, cuenta con gráficos de mareas, datos lunares y más información sobre las condiciones como horas de salida y puesta de sol.
     2. **Cerro Cariguana (El Valle de Antón):** El valle de Antón es el cráter de un volcán inactivo, y como todo terreno volcánico su flora es exquisita y si tienes suerte, podrás ser testigo de su fauna (como hermosas aves y perezosos). Este cerro tiene la mejor vista al valle y puede subirse en carro o caminando, el recorrido es agradable y los paisajes maravillosos. Lleva tu agua, sombrero, tu G-SHOCK a prueba de impactos para estar siempre a tiempo y prepárate para disfrutar de las vistas.
     3. **Taboga**: La “Isla de las Flores” fue hace muchos años uno de los destinos favoritos de Panamá y actualmente han reestructurado su servicio de atención a los turistas. Aparte de estar super cerca de la ciudad, ofrece playas, hospedajes con vistas increíbles y ni hablar de sus senderos, que cuando llegues a las cimas podrás ver toda la isla, el Pacífico, el Canal y la ciudad de Panamá, ¡Wow!
     4. **Pozo azul (Churuquita Grande, Coclé):** Uno de los chorros o cascadas más hermosas del país. Su caudal se mantiene azul todo el año, invierno o verano siempre es buen momento para visitarlo. Está

bastante accesible haciendo el sendero de 45 minutos caminando o en carro 4x4 hasta la entrada del chorro. Si decides caminar, lleva tu aventura a otro nivel y aprovecha las funciones deportivas del G-SHOCK [GBX-100](https://www.casio-intl.com/latin/es/wat/watch_detail/GBX-100-2/): visualización de distancia, conteo de pasos, calorías quemadas y más, que puedes ver en tu *smartphone* a través de su conexión *Bluetooth* y el App G-SHOCK Move.

* + 1. **The Lost Waterfalls (Boquete)**: Si nos vamos un poco más lejos, hasta Chiriquí, llegamos hasta este famoso circuito de cascadas ubicado en Bajo Mono, Boquete. El sendero es un poco más exigente pero vale cada segundo. Tiene 3 principales cascadas y cada una es más impresionante que la otra. Es uno de los atractivos principales de Boquete porque todo el camino está bien señalizado y podrás disfrutar de toda la delicia de la jungla panameña pero con una temperatura mucho más agradable.

Celena recomienda también llevar termo de agua lleno desde casa para evitar la compra de botellas plásticas, protegerte del sol principalmente utilizando vestidos de baño que cubran los brazos y gorros o sombreros, para no perjudicar a los corales y pequeños ecosistemas de los ríos y cascadas con productos químicos. También siempre llevar contigo bolsa o cartuchos para llevarte tu basura y la de alguien más.

Sea cual sea el destino, prepárate para la aventura y las condiciones más extremas con el [GBX-100](https://www.casio-intl.com/latin/es/wat/watch_detail/GBX-100-2/) (precio aproximado de $170 USD) o tu G-SHOCK favorito, encuéntralo en las tiendas autorizadas Casiolandia, Relojin y Tiempo, en los principales centros comerciales de la Ciudad de Panamá: Albrook Mall, Altaplaza Mall, Metromall, Multiplaza, Multicentro, Town Center y Westland Mall. También en sus tiendas online: [w ww.casiolandia.com.pa](http://www.casiolandia.com.pa/), [www.relojin.com](http://www.relojin.com/) y [instagram.com/tiempopanama](https://www.instagram.com/tiempopanama/). Para mayor información sobre G-SHOCK en Latinoamérica visita el sitio [www.gshocklatam.com](http://www.gshocklatam.com/). Mantente conectado a través de Instagram: [gshockpanama](https://www.instagram.com/gshockpanama/?hl=es-la) y Facebook: [G-Shock-Panama](https://www.facebook.com/CasioGShockPanama/).

**Acerca de G-SHOCK**

G-SHOCK, con un diseño y estructura resistente a impactos, es sinónimo de resistencia absoluta. Fue creado a partir del sueño del Ingeniero Ibe de desarrollar “el reloj inquebrantable”. Fueron diseñadas y hechas a mano alrededor de 200 muestras y puestas a prueba hasta que salió al mercado en el año 1983 el ahora icónico G-SHOCK, que comenzó a posicionarse como “el reloj más resistente de todos los tiempos”. Todos los relojes G-SHOCK cuentan con dos características que lo hacen único, resistencia a impactos y resistencia al agua de 200 metros, algunos modelos también cuentan con otras tecnologías como resistencia a las descargas eléctricas, a la gravedad centrífuga, al magnetismo, a las bajas temperaturas, a la vibración, etc. El reloj está fabricado con las innovaciones y tecnologías de CASIO que lo resguardan de sufrir impactos directos; esto incluye un diseño y estructura únicos y materiales como la resina de uretano así como componentes internos de amortiguación que logran que el módulo quede "suspendido" dando como resultado una estructura de caja "hueca" del reloj. Desde su lanzamiento, G-SHOCK ha continuado con la filosofía de evolución del Ingeniero Ibe: “nunca te des por vencido”. Para más información visita, [www.gshocklatam.com](http://www.gshocklatam.com/)

**Acerca de Casio Computer Co., Ltd.**

Es uno de los líderes mundiales en productos de electrónica de consumo y soluciones tecnológicas para empresas. Desde su fundación en 1957, la compañía se ha esforzado por trabajar en su filosofía basada en la “creatividad y contribución” a través de la introducción de productos innovadores e imaginativos. Con presencia en más de 25 países ubicados en Asia, Norteamérica y Europa, cuenta con una plantilla conformada por más de 12 mil empleados alrededor del mundo. Su amplio portafolio de productos incluye: relojes, calculadoras, cámaras digitales, diccionarios electrónicos, rotuladores, instrumentos musicales, cajas registradoras, video proyectores profesionales, entre otros.