

# B1.28.1 Cultura: La Ruta del Bakalao (música, fiesta y excesos en los años 80).

## B1.28.1 Cultuur: La Ruta del Bakalao (muziek, feest en exces in de jaren 80).

🔊 <https://blogs.edutal.eu/nl/spaans/cultuur/la-ruta-del-bakalao>

*Descubre La Ruta del Bakalao, un fenómeno de música y fiesta en los años 80 en Valencia. Excesos, baile y cultura que han dejado una huella en la historia de España.*

La "Ruta del Bakalao" fue un fenómeno de música y fiesta en Valencia. Cada noche alguien conducía a discotecas famosas. Allí había algo para todos: música electrónica, luces de colores y grandes **pantallas**. Muchos bailaban y algunos **bebían alcohol** o fumaban. El **exceso** de fiesta afectaba el equilibrio y la higiene personal. Dormir era difícil y muchos **tenían sueño** ligero después de la fiesta. Siempre había alguien que decía: "¡Hoy me siento **fatal** y necesito hidratarme!". La falta de sueño hacía a algunos **engordar** o adelgazar. La "Ruta del Bakalao" fue única y todavía se recuerda como una etapa importante de la cultura musical española.

---

*Ontdek La Ruta del Bakalao, een muziek- en feestfenomeen in de jaren 80 in Valencia. Excessen, dans en cultuur die een stempel hebben gedrukt op de Spaanse geschiedenis.*

---

**B1.28** Hábitos saludables y nocivos / Gezonde en ongezonde gewoontes  
**Módulo 4** Estilo de vida saludable / Gezonde levensstijl

*De "Ruta del Bakalao" was een fenomeen van muziek en feest in Valencia. Elke nacht reed iemand naar beroemde discotheken. Er was daar voor ieder wat wils: elektronische muziek, gekleurde lichtjes en grote **schermen**. Velen dansten en sommigen **dronken alcohol** of rookten. Het **overmatig** feesten beïnvloedde het evenwicht en de persoonlijke hygiëne. Slapen was moeilijk en velen **sliepen licht** na het feest. Er was altijd iemand die zei: "Vandaag voel ik me **beroerd** en moet ik hydrateren!" Het gebrek aan slaap zorgde ervoor dat sommigen **aankwamen** of afvielen. De "Ruta del Bakalao" was uniek en wordt nog steeds herinnerd als een belangrijke fase in de Spaanse muziekcultuur.*

# B1.28.1 La Ruta del Bakalao (música, fiesta y excesos en los años 80).

**B1.28.1 La Ruta del Bakalao (muziek, feest en excessen in de jaren 80).**

 <https://blogs.edutal.eu/nl/spaans/cultuur/la-ruta-del-bakalao>



## Ejercicio 1:

**Preguntas para iniciar**

**conversación**

**Instrucción:** Habla sobre las siguientes preguntas con tu profesor usando el vocabulario de esta lección y escribe tus respuestas.

1. ¿Crees que el exceso de alcohol afecta la higiene personal? ¿Por qué?

.....

2. ¿Prefieres estar levantado o acostado cuando tomas el sol? ¿Qué beneficios aporta para tu salud?

3. ¿Cómo puedes mantener el equilibrio entre la diversión y los hábitos saludables en tus fiestas?

.....

4. ¿Has intentado alguna vez adelgazar o engordar? ¿Qué métodos usaste y cómo te sentiste?

.....