



1º Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005

20-25 de noviembre de 2005 - Maspalomas, España



Boletín Nº 2

Comité Organizador del 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005

P.O. Box: 2604
35007 Las Palmas de Gran Canaria
ESPAÑA

Teléfono: +34 928 49 44 07/06
Fax: +34 928 26 28 15
E-mail: jtelo@blumegc.e.telefonica.net
Web: www.goldenage2005.com

Estimados participantes del 1º Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005

El Comité Organizador os da la bienvenida a Maspalomas, Gran Canaria en España. 22 países Europeos, 52 equipos y más de 1.100 gimnastas están pre-inscritos. Nosotros estamos muy entusiasmados y queremos ofrecer un Festival para el recuerdo. Tal gran evento requiere buena organización y por ello nosotros necesitamos ayuda. Para preparar la coordinación del evento os solicitamos:

- Leer el Boletín detalladamente. Rellenar el formato completo e informarnos la llegada exacta y salida con fechas, horarios y alojamientos.
- Envía el formato de inscripción antes del 1 de octubre de 2005 al CO del 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005 o a través de la respectiva federación miembro de la UEG incluyendo la copia del recibo bancario con la suma total de la factura.

Dirección de contacto del CO:

Comité Organizador

1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005

P.O. Box: 2604

35007 – Las Palmas de Gran Canaria

ESPAÑA

Teléfono: +34 928 49 44 07/06

Fax: +34 928 26 28 15

E-mail: jtelo@blumegc.e.telefonica.net

Web: www.goldenage2005.com

Cuenta Bancaria:

Banco: CAJA DE CANARIAS

Dirección Bancaria: José Mesa y López, 15;
(E-35006) Las Palmas, España

SWIFT-code: CECAESMMO52

Nº de Cuenta: C.D. BLUME – GRAN CANARIA

IBAN: ES15 2052 8056 0823 1018 8300

Modo de Transferencia: charges OUR

Condiciones de participación

- El 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005 es un encuentro para grupos del 50 plus+ ofreciendo un amplio rango de deportes y actividades culturales.
- Gimnastas de grupos o clubs pertenecientes a federaciones miembros de la UEG pueden inscribirse para la participación.
- La participación requiere el acuerdo de las federaciones nacionales, las cuales son responsables para la inscripción final de los grupos de su país en el 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005.
- Si la federación miembro de la UEG no participa activamente, los grupos pueden enviar su registro final directo al CO Edad de Oro 2005, pero deben informar a la federación nacional.
- Todos los grupos se espera tomen parte activa en el programa, compartan los eventos y contribuyan con sus actuaciones personales y eventos culturales.
- Cada grupo está representado por sus directivos de grupos durante la estancia completa.

Procedimiento de Registro

Cada grupo debe emplear el formato de inscripción para registrarse. La lista de participantes así como el formulario de inscripción debe ser rellenado completamente y ser enviado conjuntamente al CO del 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005 antes del 1 de octubre de 2005:

Comité Organizador 1º Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005

P.O. Box: 2604

35007 - Las Palmas de Gran Canaria
ESPAÑA

Teléfono: +34 928 49 44 07/06

Fax: +34 928 26 28 15

E-mail: jtelo@blumegc.e.telefonica.net

Web: www.goldenage2005.com

La cantidad de grupos participantes se puede cambiar hasta el 1 de octubre de 2005..

Actuaciones

Los grupos inscritos actuarán dos veces en el **1º Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005**.

Estas actuaciones se realizarán cada día por la tarde (19:30 H). Las actuaciones de los grupos deben de durar máximo de 10 a 15 minutos cada una, incluyendo el tiempo de preparación. El equipo de sonido, incluye un micrófono, un CD y cintas magnetofónicas están a disposición en ambos escenarios.

Las áreas de actuación son:

“Centro Comercial Jumbo”: C.C. Jumbo en Playa del Ingles,
medida 14 m x 14m
Características: nivel del suelo: 1,70 m (escenario)
tapiz de suelo 12 m x 12 m en Parquet
audiencia: frontal exclusiva

“Plaza Maspalomas”: Centro Comercial en Playa del Ingles,
medida 12 m x 18 m
Característica: nivel del suelo: 0 m
Tapiz del suelo 12 m x 12 m en suelo de baldosa
audiencia: frontal & ambos lados

Programa

El programa para el 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 Maspalomas, Gran Canaria es el siguiente:

| Día | Fecha | Horario | Programa de Actividades | Lugar |
|------------|--------------|----------------|--|----------------------------|
| Sábado | 19.11.2005 | 17:00 | Reunión del CO + CGG UEG | Hotel Beverly Park |
| | | | Llegada de participantes | Aeropuerto |
| Domingo | 20.11.2005 | 17:00 | Reunión de los directivos | Hotel Beverly Park |
| | | 18:00 | Preparación del Desfile | Avda. EEUU |
| | | 19:00 | Comienzo del Desfile | Avda. EEUU |
| | | 20:00 | Inauguración del 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" | CC Jumbo |
| Lunes | 21.11.2005 | 09:00 - 10:45 | Workshops A | Pol. San Fernando |
| | | 10:45 - 11:15 | Reunión de directivos delegados | Pol. San Fernando |
| | | 11:15 - 13:00 | Workshops B | Pol. San Fernando |
| | | 16:00 - 18:00 | Actividades de tiempo libre | Cruz Roja Playa del Inglés |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | Plaza de Maspalomas |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | CC Jumbo |
| Martes | 22.11.2005 | 09:00 - 10:45 | Workshops A | Pol. San Fernando |
| | | 10:45 - 11:15 | Reunión de directivos delegados | Pol. San Fernando |
| | | 11:15 - 13:00 | Workshops B | Pol. San Fernando |
| | | 16:00 - 18:00 | Actividades de tiempo libre | Cruz Roja Playa del Inglés |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | Plaza de Maspalomas |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | CC Jumbo |
| Miércoles | 23.11.2005 | 09:00 - 10:45 | Workshops A | Pol. San Fernando |
| | | 10:45 - 11:15 | Reunión de directivos delegados | Pol. San Fernando |
| | | 11:15 - 13:00 | Workshops B | Pol. San Fernando |
| | | 16:00 - 18:00 | Actividades de tiempo libre | Cruz Roja Playa del Inglés |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | Plaza de Maspalomas |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | CC Jumbo |
| Jueves | 24.11.2005 | 09:00 - 10:45 | Workshops A | Pol. San Fernando |
| | | 10:45 - 11:15 | Reunión de directivos delegados | Pol. San Fernando |
| | | 11:15 - 13:00 | Workshops B | Pol. San Fernando |
| | | 16:00 - 18:00 | Actividades de tiempo libre | Cruz Roja Playa del Inglés |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | Plaza de Maspalomas |
| | | 19:30 | Presentaciones de grupos | CC Jumbo |
| Viernes | 25.11.2005 | 09:00 - 10:45 | Workshops A | Pol. San Fernando |
| | | 10:45 - 11:15 | Reunión de directivos delegados | Pol. San Fernando |
| | | 11:15 - 13:00 | Workshops B | Pol. San Fernando |
| | | 14:30 | Entrenamiento Ceremonia de Clausura | CC Jumbo |
| | | 19:30 | Ceremonia de Clausura | CC Jumbo |
| | | 21:00 | Fiesta de despedida a todos los participantes | CC Jumbo |
| Sábado | 26.11.2005 | | Regreso de los participantes | Aeropuerto |

Workshops

Los participantes tienen la oportunidad de experimentar las actividades gimnásticas y otras. Estas actividades se celebraran durante la jornada de la mañana. Para cada grupo se programara una sesión de workshop cada día. Los workshops se celebraran principalmente en el área de deportes del Polideportivo de San Fernando. Los transportes locales están incluidos en el pase de participante y transportaran a los participantes desde los alojamientos oficiales a los workshops. Para ello solicitamos a los grupos que identifiquen sus preferencias (1 hasta 4). Cuando el CO prepare los horarios de los workshops se considerara como mínimo una de las opciones.

| Workshop Código | Workshops | Idioma | Indica tu opción |
|------------------------|---|--------------------|-------------------------|
| WS 01 | Pilates Nueva vision de la gimnasia o innovadoras modificaciones gimnásticas? | Inglés / Español | |
| WS 02 | Fitness Aquagym Ejercicios adelgazantes para fitness en ambientes acuáticos | Inglés / Español | |
| WS 03 | Aqua Power Poder de salud en ambientes acuáticos | Inglés / Español | |
| WS 04 | Folclore Islas Canarias Bailes locales y Folclore | Inglés / Español | |
| WS 05 | Chi – Salud con pelotas Sincronización y fitness con métodos Chi- de pelotas. Una nueva sensación corporal con movimientos armónicos | Inglés / Alemán | |
| WS 06 | Baile Moderno Introducción en bailes modernos | Inglés / Español | |
| WS 07 | FFF; Fit, Fun & Fifty Empieza a identificarte contigo mismo! Avanzando con simples ejercicios llegando a Fitness y Fantasía | Inglés / Español | |
| WS 08 | Aerobic Latino Fit para siempre | Inglés / Español | |
| WS 09 | Juegos Aprenda actividades conjuntamente con grupos | Inglés / Español | |
| WS 10 | Deportes y ejercicios seniors Actividades de gimnasia junto a un equipo danes | Inglés / Español | |
| WS 11 | Gimnasia Feliz Movimientos, Salud y Fitness para el club con coordinación con ejercicios de flexibilidad | Inglés / Español | |
| WS 12 | Paseos Nórdicos entrenamiento inspirados en el Norte | Inglés / Español | |
| WS 13 | Medicina I Por ejemplo: enfermedades cardiovasculares, menopausia, enfermedades reumáticas, edad avanzada, medicinas alternativas | Inglés / Portugués | |
| WS 14 | Medicina II Enseñanza de diferentes ejercicios físicos que se pueden hacer en casa | Inglés / Portugués | |
| WS 15 | Gran SPA Corallium SPA provee destreza, fitness, vitalidad y tratamientos anti -edad con la posibilidad de compartirlo con su medio natural | Inglés / Español | |
| WS 16 | Talasoterapia Salud y bienestar, actividades orientadas para el cuidado de la salud de modo alegre | Inglés / Español | |
| WS 17 | Test Animado de Fitness Métodos no regulados por Test para el cuidado de su salud de modo animado | Inglés / Alemán | |
| WS 18 | Expresión Corporal Enseñanza de diferentes expresiones empleando el cuerpo | Inglés / Español | |
| WS 19 | Tai Chi Chuan Visiones orientales y relajación para gimnasia | Inglés / Alemán | |
| WS 20 | Activa Relajación Relajación del cuerpo de modo activo | Inglés / Alemán | |

Actividades de Tiempo Libre

Durante la semana del 1º Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 las tardes pueden ser rellenas con algunas actividades de tiempo libre del CO. Las elecciones son paseos naturales a lo largo de la playa del Inglés, Nordic Walking y juegos en la playa.

Las actividades culturales voluntarias están incluidas en la cuota de participación y se ofrecen a los participantes.

| Actividades Culturales (16:00 - 18:00) | Fecha |
|---|-------------------------|
| Paseos Naturales Playa del Inglés (3 km.) Paseos lentos comenzando en la Playa del Inglés (Cruz Roja) hasta Maspalomas y regreso, haciendo paradas con ejercicios o pausas. | 21.11. |
| Nordic Walking (2 km.) Comienzo de paseos en el Hotel Parque Tropical hasta la Playa del Inglés yendo a lo largo del paseo. | 22.11. |
| Juegos en la playa Voleibol en la Playa del Inglés, juegos con los equipos. Punto de encuentro: Hotel Beverly Park | 23. & 24.11. |

Excursiones

Las tardes pueden ser empleadas también para mejor conocimiento de la Isla de Gran Canaria. Para cooperar con este objetivo el CO ofrece a los participantes diferentes excursiones.

La Isla de Gran Canaria no solo consiste en la Playa del Inglés o sus autopistas desde el aeropuerto hasta Maspalomas – sino también bosques de pino – magníficas montañas, valles, laderas y también museos. Las excursiones pueden ser reservadas por los participantes bajo el punto 7.

La tabla de precios para las excursiones es el siguiente:

Precios-tabla de excursiones del Festival (por Persona)

| Código | Tour | Día | Salida | Grupo 6 - 10 Per. | Grupo 11 - 30 Per. | Grupo 31 -55 Per. |
|---------------|---------------------|------------|---------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| E01 | Isla | diario | 09.00 | 22 € | 15 € | 12 € |
| E02 | Panorama | diario | 09.00 | 18 € | 12 € | 10 € |
| E03 | Guanches | diario | 09.00 | 18 € | 12 € | 10 € |
| E04 | Las Palmas | diario | 09.00 | 15 € | 11 € | 9 € |
| E05 | Mercado de S. Mateo | Domingo | 09.00 | 18 € | 12 € | 10 € |
| E06 | Museo Canario | diario | 09.00 | 22 € | 18 € | 15 € |
| E07 | Museo Colón | diario | 09.00 | 22 € | 18 € | 15 € |
| E08 | Museo Néstor | diario | 09.00 | 22 € | 18 € | 15 € |

Las excursiones del festival de deportes serán organizados con autobuses. La participación de una guía en la excursión con conocimientos de idiomas (Inglés, Alemán) sería posible por el precio diario de 120 €. Las paradas de la excursión pueden ser solicitadas por el equipo. El chofer del autobús en los puntos de panorama paisajísticos haría paradas, horarios de comidas, etc. Los equipos serían recogidos a partir de las 9.00 horas en el hotel y regresaran a las 17.00 horas. Con la excepción de la excursión al mercado de San Mateo, las excursiones del Festival de Gimnasia pueden ser reservados diariamente.

Las excursiones posibles son:

| Código Excursión | Excursión |
|-------------------------|---|
| E 01 | Tour - Islas Nosotros comenzamos en la costa oeste, así que podamos ver la vibrante metrópolis de la Isla, LAS PALMAS, siguiendo la parte norte de la Isla y finalizando en la "pequeña Venecia" en el Puerto de Mogán. |
| E 02 | Tour - Panorama Un verdadero trato para cada fan de montañas y naturaleza, porque el tour nos lleva a través de bonitos panoramas y paisajes montañosos de Gran Canaria. |
| E 03 | Tour - Guanche Fataga, un pueblo típico de Gran Canaria que cierra en árboles frutales, siguiendo San Bartolomé de Tirajana, la capital administrativa de la metrópolis turística rodeada por altas montañas. Santa Lucia nos lleva al green sea de palmeras y Agüimes, uno de los antiguos lugares de la isla, nosotros llegamos a las cuevas de Guayadeque. |
| E 04 | Las Palmas La capital de la isla comienza con el gran puerto del atlántico, "Puerto de la Luz". El pequeño Castillo de la Luz fue la primera defensa contra los piratas y construido en un antiguo estilo del siglo XV. Tras ello visitaremos el casco antiguo de Las Palmas, Vegueta, incluyendo la Catedral de Santa Ana y zona peatonal y Centro Comercial, Triana,. |
| E 05 | Mercado rural de San Mateo Es el mayor mercado rural de Gran Canaria con gran tradición. Ver los "Canarios" durante el apodo del ganado y frutales y disfrute con una "copa" (bebida) y una "tapa" (snack). Tras ello visitaremos la Catedral de Teror la cual nos recuerda a los milagros de la Virgen del Pino el 8 de Septiembre de 1481. |
| E 06 | Museo Canario, Las Palmas de Gran Canaria Es la mayor investigación histórica de los aborígenes de las islas Canarias, mostrando exposiciones especiales durante el año. El museo tiene un centro de documentación, halls de exposición, biblioteca, archivos, videoteca y departamento pedagógico. Horario de apertura: diario desde 10:00 hasta 20:00, sábados desde 10:00 hasta 14:00. Domingos cerrado. |
| E 07 | Casa Museo Colón, Las Palmas de Gran Canaria Residencia inicial de los representantes españoles. La visita es de interés porque las visitas de las arquitecturas canarias y Segundo por su única investigación de información sobre el período de descubrimientos. Horario de apertura: diario desde 09:00 hasta 19:00, sábados desde 09:00 hasta 15:00. Domingos cerrado. |
| E 08 | Casa Museo Néstor, Las Palmas de Gran Canaria Néstor Martín Fernández de la Torre (1888 – 1938) es uno de los más representativos artistas de las Islas Canarias. En el museo usted podrá introducir las ilustraciones y pinturas especiales desde las raíces del Océano Atlántico que representan el modo cronológico. Horario de apertura: diario desde 10:00 hasta 13:00 y desde las 16:00 hasta 20:00. Domingos cerrados. |

Alojamiento y Manutención

Alojamiento oficial:

El CO ofrece diferentes tipos de pases para los participantes. El CO del 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 en Maspalomas recomienda la oferta en el

Festival Hotel ***BEVERLY PARK (H-3/F; Pase 3) por

6 noches con pensión completa (desayuno, comida y cena) en habitaciones dobles y 1 cama supletoria por 265 €, inclusive la cuota del Festival y transporte (hospedaje solo por 200 €).

Nuestra experiencia ha comprobado que los equipos de gimnasia reservan media pensión. La comida principal por la noche es aproximadamente a las 18:30 hasta 21:30. También sería posible de optar por la comida aproximadamente a las 13:00 hasta 14:30. El directivo del equipo debe informar en la recepción con un día de anticipación.

Si los equipos optan por el Pase 2 o 3 la manutención incluye desayuno, comida y cena desde la **cena** del domingo 20 hasta el desayuno de sábado 26 de noviembre de 2005. Los equipos que requieren comidas extras o cenas, por motivos de salidas tempranas o alargamiento de estos para la próxima semana pueden ordenar las comidas.

El hospedaje de hotel es de habitación doble y cama supletoria para 3 gimnastas (H-3/F). Debido al número limitado de camas, las reservas para las habitaciones de hotel deben reservarse en el formulario de registro.

El bungalow **Green Sea está considerado para hospedajes de 5 gimnastas (B-5/F) y se sitúa a aprox. 500 m de distancia del Hotel Beverly Park y 300 m de la playa. Por motivos limitados de número de plazas deben reservarse en el formulario de registro.

Los alojamientos principales son:

| | | | | |
|-----------------|-------|--------------------|---------------------|------------------|
| Hotel | H-1/F | Hotel Beverly Park | Hab. Doble & 1 cama | Pensión completa |
| Bungalow | B-5/F | Bungalow Green Sea | 5 personas | Pensión completa |

| Pase | Tipo | Hospedaje | Media Pensión / Pensión Completa | Coste por persona (6 noches) | Noche Extra por persona |
|----------|----------------------------------|---|-------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| 1 | - | ninguno | --- | 65,00 € | |
| 2 | B-5/F B-4/F B-3/F B-2/F | Bungalows Green Sea 5 pax 4 pax 3 pax 2 pax | Pensión Completa | . | . |
| | | | | 200,00 € | 23,00 € |
| | | | | 235,00 € | 28,00 € |
| | | | | 265,00 € | 33,00 € |
| 3 | H-3/F H-2/F H-1/F | Hotel Beverly Park Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Pensión Completa | . | . |
| | | | | 265,00 € | 33,00 € |
| | | | | 287,00 € | 37,00 € |
| 3 | H-3/H H-2/H H-1/H | Hotel Beverly Park Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Media Pensión | . | . |
| | | | | 203,00 € | 23,00 € |
| | | | | 227,00 € | 27,00 € |
| | | | | 275,00 € | 35,00 € |

Alojamientos Alternativos

El CO del 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 ofrece otras alternativas de hospedaje:

***IFA Hotel Continental se distingue por las excelentes comidas suficiente espacio en las habitaciones, situado en lugar cercano al Hotel Beverly Park.

****Hotel Lucana es un hotel bonito con buenos servicios situado en las cercanías del Hotel Beverly Park.

***Hotel IFA Beach situado directamente en la playa con hospedajes especiales para gimnastas minusválidos con jardines. La conexión al Hotel Beverly Park es a lo largo de la playa (aprox. 2,5 km.) o con autobús (aprox. 5 minutos).

Las diferentes opciones para el hospedaje son:

| Pase | Tipo | Hospedaje | Media Pensión / Pensión Completa | Coste por persona (6 noches) | Noche Extra por persona |
|------|----------------------------|-------------------|----------------------------------|------------------------------|-------------------------|
| 3 | HC-3/F HC-2/F HC-1/F | Hotel Continental | Media Pensión | . | . |
| | | Hab. Triple | | 305,00 € | 40,00 € |
| | | Hab. Doble | | 335,00 € | 45,00 € |
| | | Hab. Individual | | 478,00 € | 69,00 € |
| 3 | HL-3/F HL-2/F HL-1/F | Hotel Lucana | Pensión Completa | . | . |
| | | Hab. Triple | | 395,00 € | 55,00 € |
| | | Hab. Doble | | 425,00 € | 60,00 € |
| | | Hab. Individual | | 485,00 € | 70,00 € |
| 3 | HL-3/H HL-2/H HL-1/H | Hotel Lucana | Media Pensión | . | . |
| | | Hab. Triple | | 335,00 € | 45,00 € |
| | | Hab. Doble | | 365,00 € | 50,00 € |
| | | Hab. Individual | | 425,00 € | 60,00 € |
| 3 | HB-3/H HB-2/H HB-1/H | Hotel IFA Beach | Media Pensión | . | . |
| | | Hab. Triple | | 360,00 € | 49,00 € |
| | | Hab. Doble | | 395,00 € | 54,00 € |
| | | Hab. Individual | | 535,00 € | 78,00 € |

Vuelos

El CO del 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 les ofrece vuelos desde aeropuertos alemanes por precios razonables. El equipo debe organizar los transportes de autobús ida y vuelta a los aeropuertos alemanes. El nombre de los miembros del equipo debe de ser registrados en el punto 8.

Otros aeropuertos son Basel, Salzburgo, Viena, Graz y Luxemburgo que puede ser solicitado si se requiere. Para reservar los vuelos deben dirigirse directamente con el CO.

Las ofertas serían confirmadas hasta Julio de 2005 cuando las compañías presenten el horario de invierno, en

CO 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro",
Jürgen Klughammer,
Amselweg, 56,
D-67227 Frankenthal,
Tel.: +49 6233 366077,
Fax. +49 6233 366076,
E-Mail: OK.blume@t-online.de

Transporte Aeropuerto

La llegada de los grupos a Gran Canaria sería al aeropuerto de Gando / Las Palmas. Este se sitúa aproximadamente a 25 km. de distancia del Hotel Beverly Park en Maspalomas. El CO del 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 oferta en su llegada el transporte desde el aeropuerto a los alojamientos y el regreso desde el alojamiento a el aeropuerto por el coste de 12 € por persona. Los transportes pueden ser solicitados por los equipos bajo el capítulo 2.

Seguro de accidentes y sanitario

Todos los miembros de los grupos registrados deben de comprobar la adecuada cobertura por el Seguro Médico. El CO del 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005 ofrece a todos los grupos un seguro por un precio de 6 € por persona, cubriendo el tiempo del evento del Festival. Este cubrirá el horario del evento actual, desde 20 al 26 Noviembre pero **no** el viaje ida y vuelta a Gran Canaria. El seguro dispone de un límite de 2500 €. Grupos interesados pueden acceder a tal seguro bajo capítulo 8.

Camisetas de la Edad de Oro

Los organizadores dan a todos los participantes la oportunidad de ordenar la camiseta oficial de la “Edad de Oro” de la UEG por un precio especial de 8 €. Grupos interesados pueden acceder para las camisetas de la “Edad de Oro” bajo el capítulo 7. Durante el evento las camisetas de la UEG “Edad de Oro” serán vendidas por un precio de 10 €.

Dirección de contacto oficial

Comité Organizador 1st GOLDENAGE 2005
A.D. BLUME – GRAN CANARIA
P.O. Box: 2604
35007 – LAS PALMAS DE GRAN CANARIA, ESPAÑA

Teléfono +34 928 49 44 07/06

E-mail: jtelo@blumegc.e.telefonica.net

Fax: +34 928 26 28 15

Pág. Web: www.goldenage2005.com

Organizadores

Unión Europea de Gimnasia

Organizadores internos

Asociación Deportiva BLUME – GRAN CANARIA

Colaboradores

Gobierno Autónomo de Canarias
Cabildo Insular de Gran Canaria
Ayuntamiento de San Bartolomé de Tirajana
Real Federación Española de Gimnasia
Federación Canaria de Gimnasia

Responsable para el 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” de la C GG/UEG

Rogero Valerio

Comité organizador del 1. Festival de Gimnasia “Edad de Oro” 2005

| | |
|-------------------------|----------------------------|
| Presidente | Jesús Telo Núñez |
| Vicepresidente | Amado Ramos Pérez |
| Vicepresidente | Carlos Gutiérrez Salgado |
| Vicepresidente | Sara Rodríguez Darías |
| Secretario General | Luis Carlier Vázquez |
| Secretaria | Noelia Suárez Fernández |
| Actuaciones de Grupos | Cornelio Ortega Martínez |
| Coordinador Informatica | Enrique Fischer |
| Relaciones Públicas | Isidro Seco Fuertes |
| Economía | Carmela Santalla Fernández |
| Vuelos y Hospedajes | Jürgen Klughammer |
| Workshops | Bärbel Schöttler |
| Traducciones | Sara Telo Rodríguez |
| Coord. Infraestructura | Juan Ortega Pérez |
| Actividades de Ocio | Nenuca González Alonso |
| Transporte | José Correa Canas |

1. Información General

Nombre de la Federación

Nombre del Grupo

Nombre, dirección, teléfono, E-mail y fax del responsable directivo del grupo

| Número de miembros del grupo | Hombre | Mujer | Total |
|------------------------------|--------|-------|-------|
| Responsable Directivo | | | |
| Participantes | | | |
| Acompañantes | | | |
| Número Total | | | |

2. Llegada y salida**Llegada del grupo a Gran Canaria**

| Ciudad | Fecha | Hora | Número de vuelo |
|--------------|-------|------|-----------------|
| Gran Canaria | | | |

Salida del grupo desde Gran Canaria

| Ciudad | Fecha | Hora | Número de vuelo |
|--------------|-------|------|-----------------|
| Gran Canaria | | | |

Sí, nosotros necesitamos transporte aeropuerto - hospedaje - aeropuerto

| Fecha de Llegada | Hora de Llegada | Gimnastas | Hospedaje |
|------------------|--|-----------|-----------|
| | | | |
| Fecha de Salida | Hora (2 h antes de la salida del vuelo hasta el hotel) | Gimnastas | Hospedaje |
| | | | |

El CC proveerá transporte de autobús desde el aeropuerto de Gran Canaria hasta el hospedaje y regreso al aeropuerto por el precio de 12 € por persona.

3. Actuaciones por grupos

Nombre del grupo _____

Nombre del directivo del grupo _____

1ª presentación

1. Tema: _____

2. Breve Descripción: _____

3.1. Apartados necesarios:

| Equipamiento | Cantidad |
|--|----------|
| Tapíz de correr (12 x 2 x 0,03 m) | |
| Colchonetas (1 x 2 x 0,06 m) | |
| Colchonetas de salida (2 x 3 x 0,20 m) | |
| Mini trampolín | |
| Plinton | |
| Salto / mesa de saltos | |
| Tabla de saltos | |
| Sin equipamiento | |

4. Duración: _____ min La actuación debe finalmente no durar un máximo de 15 minutos, incluido el tiempo de calentamiento, etc.

5. Tapiz de suelo necesario:

| Área | |
|-----------|--|
| 18 x 12 m | |
| 14 x 14 m | |

6. Tipos de música en:

| Música | |
|-----------|--|
| Cassette | |
| CD | |
| Mini disc | |

En caso de interés, por favor marque por orden de preferencia (1-3) la opción preferente con el número prioritario. El CO intentará rellenar el 2 de estos.

Time: 19.30

| Área de Actuación | Medida | 21.11 | 22.11 | 23.11 | 24.11 |
|--|-----------|-------|-------|-------|-------|
| Plaza de Maspalomas Área, sin equipamiento | 18 x 12 m | | | | |
| Centro Comercial Jumbo Plataforma, sin equipamiento | 14 x 14 m | | | | |

4. Workshops, actividades de tiempo libre y excursiones

4.1. Workshops

Los grupos pueden señalar la preferencia para sus workshops los cuales serán atendidos.

Por favor marque en orden de preferencia (1-4) la opción con el número de prioridad. El CO quiere intentar rellenar 2.

| Workshop Código | Workshops | Idioma | Indica tu opción |
|-----------------|---|--------------------|------------------|
| WS 01 | Pilates Nueva vision de la gimnasia o innovadoras modificaciones gimnásticas? | Inglés / Español | |
| WS 02 | Fitness Aquagym Ejercicios adelgazantes para fitness en ambientes acuáticos | Inglés / Español | |
| WS 03 | Aqua Power Poder de salud en ambientes acuáticos | Inglés / Español | |
| WS 04 | Folclore Islas Canarias Bailes locales y Folclore | Inglés / Español | |
| WS 05 | Chi – Salud con pelotas Sincronización y fitness con métodos Chi- de pelotas. Una nueva sensación corporal con movimientos armónicos | Inglés / Alemán | |
| WS 06 | Baile Moderno Introducción en bailes modernos | Inglés / Español | |
| WS 07 | FFF; Fit, Fun & Fifty Empieza a identificarte contigo mismo! Avanzando con simples ejercicios llegando a Fitness y Fantasía | Inglés / Español | |
| WS 08 | Aerobic Latino Fit para siempre | Inglés / Español | |
| WS 09 | Juegos Aprenda actividades conjuntamente con grupos | Inglés / Español | |
| WS 10 | Deportes y ejercicios seniors Actividades de gimnasia junto a un equipo danes | Inglés / Español | |
| WS 11 | Gimnasia Feliz Movimientos, Salud y Fitness para el club con coordinación con ejercicios de flexibilidad | Inglés / Español | |
| WS 12 | Paseos Nórdicos entrenamiento inspirados en el Norte | Inglés / Español | |
| WS 13 | Medicina I Por ejemplo: enfermedades cardiovasculares, menopausia, enfermedades reumáticas, edad avanzada, medicinas alternativas | Inglés / Portugués | |
| WS 14 | Medicina II Enseñanza de diferentes ejercicios físicos que se pueden hacer en casa | Inglés / Portugués | |
| WS 15 | Gran SPA Corallium SPA provee destreza, fitness, vitalidad y tratamientos anti -edad con la posibilidad de compartirlo con su medio natural | Inglés / Español | |
| WS 16 | Talasoterapia Salud y bienestar, actividades orientadas para el cuidado de la salud de modo alegre | Inglés / Español | |
| WS 17 | Test Animado de Fitness Métodos no regulados por Test para el cuidado de su salud de modo animado | Inglés / Alemán | |
| WS 18 | Expresión Corporal Enseñanza de diferentes expresiones empleando el cuerpo | Inglés / Español | |
| WS 19 | Tai Chi Chuan Visiones orientales y relajación para gimnasia | Inglés / Alemán | |
| WS 20 | Activa Relajación Relajación del cuerpo de modo activo | Inglés / Alemán | |

4.2. Actividades de ocio y Excursiones

| Actividades Culturales (16:00 - 18:00) | Fecha | Participantes |
|---|--------------|---------------|
| Paseo Natural por la Playa del Ingles (3 km.) Lento paseo comenzando en Playa del Ingles (Cruz Roja) hasta Maspalomas y regreso, paradas con ejercicios y descansos | 21.11. | |
| Paseo Nórdico (2 km.) Paseo comienzo en Hotel Parque Tropical hasta Playa del Ingles yendo a través del paseo | 22.11. | |
| Juegos en la Playa Punto de salida: Hotel Beverly Park; juegos voleibol en la Playa del Ingles, juego con presentación de los equipos | 23. & 24.11. | |

4.3. Excursiones

Las excursiones pueden ser ordenadas por los participantes en el punto 7 en el formato de registro. Precios + registros para las excursiones pueden hacerse durante la semana del festival en la oficina del CO.

5. Vuelos

El CO del 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 ofrece vuelos en los aeropuertos alemanes por precios razonables. El equipo debe organizar el transporte de autobús ida y vuelta de aeropuertos alemanes. El nombre de los miembros del equipo debe de ser completado en el 8.

| Región | Aeropuerto Alemán | Fecha de salida | Fecha de entrada | Gimnastas |
|--------------|-------------------|-----------------|------------------|-----------|
| Sur | Frankfurt | | | |
| | München | | | |
| | Nürnberg | | | |
| | Stuttgart | | | |
| Oeste | Düsseldorf | | | |
| | Dortmund | | | |
| | Köln | | | |
| Este | Leipzig | | | |
| | Berlín | | | |
| | Dresden | | | |
| Norte | Bremen | | | |
| | Hamburgo | | | |
| | Hannover | | | |

Posibilidades adicionales son Basel, Salzburgo, Viena, Graz y Luxemburgo que puede ser solicitado si se requiere. Las ofertas pueden ser confirmadas desde julio 2005 cuando las compañías de vuelo finalicen los horarios de vuelo

6. Reservas de hospedaje y Catering

Los grupos deben reservar el hospedaje tan pronto les sea posible y para este propósito el CO del 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005 en Maspalomas recomienda la reserva de hospedajes oficiales hasta el 1 de julio de 2005. Para las reservas en el hospedaje oficial obteniendo seguro, los grupos deben de pagar la cuota de Festival (65,00 €) hasta el 1 de Julio de 2005. La suma exigida debe de ser pagada hasta el 1 de octubre de 2005. Si los equipos necesitasen reservas adicionales o modificaciones, estos deben presentar las opciones hasta el 1 de octubre de 2005.

Los grupos deben solicitar la información y la reserve del hospedaje a la siguiente dirección:

CO 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" 2005

Jürgen Klughammer

Amselweg, 56

D – 67 227 Frankenthal

Tel.: +49 6233 366 077

Fax: +49 6233 366 076

E-Mail: OK.BLUME@t-online.de

Si su grupo se hospeda en diferentes hospedajes así el oficial elegido por favor infórmenos al CO que Hotel se va a hospedar usted. Por favor rellene la solicitud con su opción:

| Pase | Tipo | Hotel | Media / Pensión Completa | Coste (6 noches) | Extra noche | Número de pases | Número de noches extra | Total Coste (€) |
|----------|----------------------------------|---|--------------------------------|--|--|-----------------------|---------------------------------|-----------------------|
| 1 | - | ninguno | --- | 65,00 € | | | --- | |
| 2 | B-5/F B-4/F B-3/F B-2/F | Bungalows Green Sea 5 pax 4 pax 3 pax 2 pax | Pensión Completa | . 200,00 € 235,00 € 265,00 € 295,00 € | . 23,00 € 28,00 € 33,00 € 38,00 € | | | |
| 3 | H-3/F H-2/F H-1/F | Hotel Beverly Park Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Pensión Completa | . 265,00 € 287,00 € 335,00 € | . 33,00 € 37,00 € 45,00 € | | | |
| 3 | H-3/H H-2/H H-1/H | Hotel Beverly Park Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Media Pensión | . 203,00 € 227,00 € 275,00 € | . 23,00 € 27,00 € 35,00 € | | | |
| 3 | HC-3/F HC-2/F HC-1/F | Hotel Continental Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Media Pensión | . 305,00 € 335,00 € 478,00 € | . 40,00 € 45,00 € 69,00 € | | | |
| 3 | HL-3/F HL-2/F HL-1/F | Hotel Lucana Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Pensión Completa | . 395,00 € 425,00 € 485,00 € | . 55,00 € 60,00 € 70,00 € | | | |
| 3 | HL-3/H HL-2/H HL-1/H | Hotel Lucana Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Media Pensión | . 335,00 € 365,00 € 425,00 € | . 45,00 € 50,00 € 60,00 € | | | |
| 3 | HB-3/H HB-2/H HB-1/H | Hotel IFA Beach Hab. Triple Hab. Doble Hab. Individual | Media Pensión | . 360,00 € 395,00 € 535,00 € | . 49,00 € 54,00 € 78,00 € | | | |

7. Trámites de cuotas del festival y otros servicios

7.1. Transfer

| Servicio | Número x precio individual | Total |
|--|----------------------------|-------|
| CO transporte de autobús aeropuerto – hospedaje - aeropuerto |x 12 € | |

7.2. Camisetas

| Servicio | Número x precio individual | Total |
|---|----------------------------------|-------|
| Camisetas 1. Festival de Gimnasia "Edad de Oro" Medida 140 cm x..... Medida 150 cm x Talla S x Talla M x Talla L x Talla XL x Talla XXL x..... | Número total → x 8 € | |

7.3. Seguro

| Servicio | Número x precio individual | Total |
|---------------|----------------------------|-------|
| Seguro médico |x 6 € | |

7.4. Excursiones

| Servicio | Número x precio individual | Total |
|------------------------------|----------------------------|-------|
| Excursión _____, Fecha _____ | | |
| Excursión _____, Fecha _____ | | |
| Excursión _____, Fecha _____ | | |
| | | |

Los grupos que requieren vuelo y hospedaje deben enviar la solicitud por E-Mail o envío postal a la dirección incluido en el 5. y 6.

