

64<sup>th</sup> International Sportsfestival BLUME GRAN CANARIA  
Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

## **WORKSHOP Programm 2026**

**Internationales Gymnastik Festival 50plus**



Programa diario ▪ Daily Program			idiomas en el taller				When & where? / Wann & wo?	
712 Montag - Lunes- Monday, 30.11.2026			Idiomas - Languages					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	ESP	GER	ENG	DEN	Zeit/Hora	Lugar / Ort
680	Morning Flow 1	Ása Roos		GER	ENG	SWE	07:00 - 07:45	H. Beverly Park, Dance floor
668	En forma por la mañana Fit in den Morgen	Gabriele Schulz		GER	ENG		07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
PAUSA = PAUSE								
688	Yoga 1	Ute Messer-Zingler		GER	ENG		09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Gimnasio
660	Baila Conmigo - Tanz mit mir	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG		09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos
667	Square Dance 1	Richard Wieser		GER	ENG		09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando
652	AquaGym 1	Iluminada Diez	ESP		ENG		09:30 - 10:15	Piscina San Fernando
PAUSA = PAUSE								
674	Qigong 1	Ulrike Stähr		GER	ENG		11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio
695	Orientalischer Tanz - Danzas orientales	Hildegard Blumenberg	ESP	GER	ENG		11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio
678	Pantomimisches Gehen bis zum Moonwalk	Claus Grosser		GER	ENG		11:00 - 12:30	Pista Patinaje

Programa diario ▪ Daily Program			idiomas en el taller				When & where? / Wann & wo?	
717 Dienstag - Martes- Tuesday, 01.12.2026			Idiomas - Languages					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	ESP	GER	ENG	DEN	Zeit/Hora	Lugar / Ort
681	Morning Flow 2	Ása Roos		GER	ENG	SWE	07:00 - 07:45	H. Beverly Park, Dance floor
669	En forma por la mañana Fit in den Morgen	Gabriele Schulz		GER	ENG		07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
PAUSA = PAUSE								
689	Yoga 2	Ute Messer-Zingler	ESP	GER	ENG		09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos
666	Square Dance 2	Richard Wieser	ESP	GER	ENG		09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando
657	Light Intensive Intervall Training	Hildegard Blumenberg	ESP	GER	ENG	FRA	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos
686	Flamenco 1	Natalia Juez Monzón & Sara Rosales Monzón	ESP		ENG		09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando - Sala Ballet
654	AquaGym 2	Iluminada Diez	ESP		ENG		09:30 - 10:15	Piscina San Fernando
PAUSA = PAUSE								
687	Flamenco 2	Natalia Juez Monzón & Sara Rosales Monzón	ESP		ENG		11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando - Sala Ballet
659	Latino Dance 1	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG		11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Salon de actos
679	Taichi	Claus Grosser		GER	ENG		11:00 - 12:30	Pista Patinaje
662	Gleichgewicht+Sicherheit, Balance + safety	Barbara Stengl	ESP	GER	ENG		11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando
664	Tanz dich fit mit Block- und Kreistänzen!	Gudrun Bachmann		GER	ENG		11:00 - 12:30	CD David Jiménez Silva - Arguineguin
683	Petanca - Boule - Training / Entrenamiento	Traude Kell	ESP	GER	ENG		16:30 - 17:30	Hotel Beverly Park, OK Büro

Programa diario ▪ Daily Program			idiomas en el taller				When & where? / Wann & wo?	
720 Mittwoch - Miércoles- Wednesday, 02.12.2026			Idiomas - Languages					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	ESP	GER	ENG	DEN	Zeit/Hora	Lugar / Ort
682	Morning Flow 3	Ása Roos		GER	ENG	SWE	07:00 - 07:45	H. Beverly Park, Dance floor
670	En forma por la mañana Fit in den Morgen	Gabriele Schulz		GER	ENG		07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
PAUSA = PAUSE								
665	Rock'n Roll 50+ (Mayores ■ Ältere ■ Senior)	Richard Wieser		GER	ENG		09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando
658	Sitzgymnastik mit Miniband - gimnasia con silla	Hildegard Blumenberg		GER	ENG		09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salón de Actos
675	Qigong 2	Ulrike Stähr		GER	ENG		09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Gimnasio
656	AquaGym 3	Iluminada Diez	ESP		ENG		09:30 - 10:15	Piscina San Fernando
PAUSA = PAUSE								
673	TaiChi - Kurzform für den Hausgebrauch	Claus Grosser		GER	ENG		11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio
677	Danzas Modernas • Moderne Tänze • Modern dances	Tomas Cabrera	ESP		ENG		11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando
663	Rückenschmerzen ade - Dolores de espalda adios	Barbara Stengl	ESP	GER	ENG		11:00 - 12:30	Pista Patinaje
661	Latino Dance 2	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG		11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Salon de actos
684	Petanca - Boule - Training / Entrenamiento	Traude Kell	ESP	GER	ENG		16:30 - 17:30	Hotel Beverly Park, OK Büro

Programa diario ▪ Daily Program			idiomas en el taller				When & where? / Wann & wo?	
721 Donnerstag - Jueves- Thursday, 03.12.2026			Idiomas - Languages					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	ESP	GER	ENG	DEN	Zeit/Hora	Lugar / Ort
671	En forma por la mañana Fit in den Morgen	Gabriele Schulz		GER	ENG		07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
PAUSA = PAUSE								
690	Yoga en la Playa / am Strand / at the beach	Ute Messer-Zingler		GER	ENG		09:00 - 10:30	Hotel Beverly Park, am Ausgang zum Garten / Tor zur Straße / at the back garden entry
685	Petanca - Boule - Tournament - Turnier	Traude Kell	ESP	GER	ENG		09:00 - 11:00	Hotel Beverly Park, OK Büro
694	Aqua Gym im Meer - en el mar	Gabriele Schulz	ESP	GER	ENG		11:00 - 11:45	Playa Aserradero frente H. Beverly Park

Programa diario ▪ Daily Program			Teilnahme kostenpflichtig		When & where? / Wann & wo?	
WS Code	Senderismo - Wandern - Hiking	Instructor			Zeit/Hora	Lugar / Ort
Donnerstag - Jueves- Thursday, 03.12.2026						
922	Senderismo 1 - Wandern auf Gran Canaria	Alejandro Rodriguez	16 € pro Person		09:00 - 14:00	1. Hotel Beverly Park 2. Centro de Mayores
Freitag - Viernes - Friday, 04.12.2026						
923	Senderismo 2 - Wandern auf Gran Canaria	Alejandro Rodriguez	16 € pro Person		09:00 - 14:00	1. Hotel Beverly Park 2. Centro de Mayores

AquaGym
Body & Mind
Gymnasia & Danza
Juegos
Wanderung - Senderismo

Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			Idiomas en el taller		¿Cuándo y donde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	Idiomas - Languages				Fecha ▪ Date ▪ Datum	Dia ▪ Tag ▪ Day	Zeit ▪ Time ▪ Hora	Lugar ▪ Ort ▪ Place
			ESP	GER	ENG	DEN				
652	AquaGym 1	Iluminada Diez	ESP	GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	09:30 - 10:15	Piscina San Fernando	
654	AquaGym 2	Iluminada Diez	ESP	GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:30 - 10:15	Piscina San Fernando	
656	AquaGym 3	Iluminada Diez	ESP	GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	09:30 - 10:15	Piscina San Fernando	
657	Light Intensive Intervall Training	Hildegard Blumenberg		GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos	
658	Sitzgymnastik mit Miniband ▪ gimnasia con silla	Hildegard Blumenberg		GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos	
659	Latino Dance 1	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Salon de actos	
660	Baila Conmigo - Tanz mit mir	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos	
661	Latino Dance 2	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Salon de actos	
662	Gleichgewicht+Sicherheit, Balance + safety	Barbara Stengl	ESP	GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando	
663	Rückenschmerzen ade - Dolores de espalda adios	Barbara Stengl	ESP	GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Pista Patinaje	
664	Tanz dich fit mit Block- und Kreistänzen!	Gudrun Bachmann		GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	11:00 - 12:30	CD David Jiménez Silva - Arguineguín	
665	Rock'n Roll 50+ (Mayores ▪ Ältere ▪ Senior)	Richard Wieser		GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando	
666	Square Dance 1	Richard Wieser		GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando	
667	Square Dance 2	Richard Wieser		GER	ENG	02.12.2026	Lunes/Montag/Monday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando	
668	En forma por la mañana 1 Fit in den Morgen 1	Gabriele Schulz		GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park	
669	En forma por la mañana 2 Fit in den Morgen 2	Gabriele Schulz		GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park	
670	En forma por la mañana 3 Fit in den Morgen 3	Gabriele Schulz		GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park	
671	En forma por la mañana 4 Fit in den Morgen 4	Gabriele Schulz		GER	ENG	03.12.2026	Jueves/Donnerstag/Thursday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park	
672	En forma por la mañana 5 Fit in den Morgen 5	Gabriele Schulz		GER	ENG	04.12.2026	Viernes/Freitag/Friday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park	
673	TaiChi – Kurzform für den Hausgebrauch	Claus Grosse		GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio	
674	Qigong 1	Ulrike Stähr		GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio	
675	Qigong 2	Ulrike Stähr		GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Gimnasio	
677	Danzas Modernas ▪ Moderne Tänze ▪ Modern dances	Tomas Cabrera	ESP		ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando	
678	Pantonimisches Gehen bis zum Moonwalk	Claus Grosse		GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	11:00 - 12:30	Pista Patinaje	
679	Taichi	Claus Grosse		GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	11:00 - 12:30	Pista Patinaje	
680	Morning Flow 1	Åsa Roos		GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	07:00 - 07:45	H. Beverly Park; Dance floor	
681	Morning Flow 2	Åsa Roos		GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	07:00 - 07:45	H. Beverly Park; Dance floor	
682	Morning Flow 3	Åsa Roos		GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	07:00 - 07:45	H. Beverly Park; Dance floor	
683	Petanca - Boule	Traude Kell	ESP	GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	16:30 - 17:30	Hotel Beverly Park, OK Büro	
684	Petanca - Boule	Traude Kell	ESP	GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	16:30 - 17:30	Hotel Beverly Park, OK Büro	
685	Petanca - Boule	Traude Kell	ESP	GER	ENG	03.12.2026	Jueves/Donnerstag/Thursday	09:00 - 11:00	Hotel Beverly Park, OK Büro	
686	Flamenco 1	Natalia Juez Monzón & Sara Rosales Monzón	ESP		ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando - Sala de Balet	
687	Flamenco 2	Natalia Juez Monzón & Sara Rosales Monzón	ESP		ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando - Sala de Balet	
688	Yoga 1	Ute Messer-Zingler		GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Gimnasio	
689	Yoga 2	Ute Messer-Zingler		GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos	
690	Yoga en la Playa / am Strand / at the beach	Ute Messer-Zingler		GER	ENG	03.12.2026	Jueves/Donnerstag/Thursday	09:00 - 10:30	Hotel Beverly Park, am Ausgang zum Garten / Tor zur Straße / at the back garden entry	
694	Aqua Gym im Meer - Gimnasia en el oceano	Gabriele Schulz	ESP	GER	ENG	03.12.2026	Jueves/Donnerstag/Thursday	11:00 - 11:45	Playa Aserradero frente H. Beverly Park	
695	Orientalischer Tanz - Danzas orientales	Hildegard Blumenberg		GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio	

AquaGym
Body & Mind
Gimnasia & Danza
Juegos



# 64<sup>th</sup> International Sportsfestival BLUME GRAN CANARIA

Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

## Internationales Gymnastik Festival 50plus


### WORKSHOP Referentinnen & Referenten / Instructors 2026

Inscription deadline/Meldeschuß	01.09.2026
OC BGC Organization	BLUME GRAN CANARIA Tel/Fax: +34 928 262815 E-Mail: office@blumegrancanaria.com
OC BGC Contact Person	Traude Kell Kampstr. 15A D-29331 Lachendorf / Bunkenburg  Mobil: 00 49 172 4626036 E-Mail: traudekell@gmail.com



64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			dìomas en el taller		¿Cuando y donde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	dìomas - Language			Fecha - Date - Datum	Dìa - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place	
			ESP	GER	ENG	DEN				
652	AquaGym 1	Iluminada Díez	ESP		ENG		30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	09:30 - 10:15	Piscina San Fernando
654	AquaGym 2	Iluminada Díez	ESP		ENG		01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:30 - 10:15	Piscina San Fernando
656	AquaGym 3	Iluminada Díez	ESP		ENG		02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	09:30 - 10:15	Piscina San Fernando

Name of the workshop	WS 652 - 656 Aqua Gym - Gimnasia acuática (water-gym)
Workshop area	Water - swimmingpool
Workshop description	Aerobic and gymnastics movements practiced in the water. Come and try this effective workout and have fun while enjoying the water as well! Water supports your movements and makes them more effective. Don` t miss the chance to workout under the sun!
Workshop instructor (name)	 Iluminada Díez Garcia
Workshop languages	<b>Spanish</b> , English
Target group (age)	50plus
Workshop units (45 min.)	3 x 45 min.
Workshop location (indoor/outdoor)	outdoor / San Fernando
Workshop equipment	yes
Workshop music (YES/NO)	yes


Iluminada Díez Garcia



Foto Workshop



64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Claus GROSSER, Germany
Workshop instructor CV	Dozent an der Theaterhochschule Leipzig in den Fachern Akrobatik, Bewegung, Bühnenfechten. Berater für akrobatische Aufgaben und Fechtchoreograph an verschiedenen Theatern. Fechtmeister der Akademie der Fechtkunst Deutschlands, Leiter der dortigen Ausbildung für Bühnenfechten.
Workshop languages	German, English
Target group (age)	50plus



Claus GROSSER



Foto Workshop




Lista de Talleres • Workshop list/-liste		días • Language		¿Cuándo y dónde? • Wann und Wo? • When and Where?			
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	ES/GER/ENG/DEN	Fecha - Date - Datum	Día - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
673	TaiChi - Kurzform für den Hausgebrauch	Claus GROSSER	GER/ENG	02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio
678	Pantomimisches Gehen bis zum Moonwalk	Claus GROSSER	GER/ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	11:00 - 12:30	Pista Patinaje
679	TaiChi	Claus GROSSER	GER/ENG	30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	11:00 - 12:30	Pista Patinaje

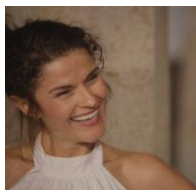
Name of the workshop	<b>WS 678 Pantomimisches Gehen bis zum Moonwalk</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	Der Workshop vermittelt die Grundlagen des pantomimischen Gehens - klassisch und dynamisch - bis zum Moonwalk aus der Werkstatt der Pantomime für Anfänger und zur Vertiefung des bisherigen Könnens durch neue Aspekte der technischen Aneignung. The workshop teaches the basics of pantomime walking - classic and dynamic - up to the moonwalk from the pantomime workshop for beginners and to deepen technical skills through new aspects of technical acquisition.
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>WS 679 TaiChi 1</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	Im Workshop wird eine Kurzform von 6 bis 8 Elementen aus dem Repertoire des Pekingstils erarbeitet, welche die Teilnehmerinnen und Teilnehmer als Grundlage zur weiteren Anwendung sowohl zu Hause als auch im Studio verwenden können. In the workshop, a short form of 6 to 8 elements from the Peking style repertoire will be developed, which the participants can use as a basis for further
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>673 - TaiChi - Kurzform für den Hausgebrauch</b>
Workshop area	Relaxation
Workshop description	Im Workshop wird eine Kurzform von 6 bis 8 Elementen aus dem Repertoire des Pekingstils erarbeitet, welche die Teilnehmerinnen und Teilnehmer als Grundlage zur weiteren Anwendung sowohl zu Hause als auch im Studio verwenden können. In the workshop, a short form of 6 to 8 elements from the Peking style repertoire will be developed, which the participants can use as a basis for further
Workshop units	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Angela Dittrich-Orozco, Colombia
Workshop instructor CV	Angela has been born in Colombian. There she studied science of sport, pedagogic of outward bound and recreation. In Germany she started 1992 her studies at the German University of Sport (Deutsche Sporthochschule Köln). Since 1982 she is working in the fitness areas, prevention, rehabilitation and as licensed ZUMBA-Instructor.
Workshop languages	Spanish, German, English
Target group (age)	50plus + Jugend



Angela Orozco



Foto Workshop



Lista de Talleres = Workshop list/-liste		Idiomas en el taller		¿Cuándo y dónde? = Wann und Wo? = When and Where?					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	Idiomas - Language			Fecha - Date - Datum	Día - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			ESP	GER	ENG				
659	Latino Dance 1	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Monday/Moensday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Salon de actos
660	Baila Conmigo - Tanz mit mir	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Monday/Moensday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos
661	Latino Dance 2	Angela Dittrich-Orozco	ESP	GER	ENG	02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Salon de actos

Name of the workshop	<b>WS 659 + 661 Latina Dance 1 &amp; 2</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	The program fuses hypnotic Latin rhythms like salsa, Merengue, Cumbia & Co. and easy-to-follow moves to create a one-of-a-kind fitness program that will blow you away. We adapt the moves and tempo to the 60plus needs combining the respiration technique and activating the respiration muscles and areas.
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	NO
Workshop music (YES/NO)	YES / iPhone

Name of the workshop	<b>WS 660 Baila Conmigo</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	<p>¡Baila Conmigo y vive los beneficios del baile latino para el cuerpo, la mente y el Espíritu! ¡En un ambiente festivo y espontaneo, quiero compartir contigo la alegría y el encanto del caribe y sus ritmos vibrantes y llenos de energía positiva! Así mismo tendremos en cuenta aspectos muy importantes relacionados con tu salud durante la actividad física como técnicas respiratorias, postura, etc. Prueba a bailar salsa Merengue, bachata, cumbia...</p> <p>Para este Workshop no es necesario saber bailar o tener pareja; lo que cuenta es tu deseo de gozar, sentirte bien y hacer algo por tu salud.</p> <p>¡Recuerda que el movimiento es vida y bailando es más divertida pues la fiesta la haces tú!</p> <p>¡Baila Conmigo!...Tanz dich Glücklich und Gesund!          Das Tanzen für Erwachsene und Senioren ist das ideale Training für Körper, Geist und Seele.</p>
Workshop units (90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / iPhone

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026




Tomás Hernández Cabrera




Foto Workshop



Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			¿Cuándo y dónde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?							
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	Idiomas en el taller				Fecha - Date - Datum	Día - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			diomas - Language	ESP	GER	ENG				
677	Danzas Modernas ▪ Moderne Tänze ▪ Modern dances	Tomas Cabrera	ESP		ENG		02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando

Name of the workshop	WS 677 Danzas modernas / Moderne Tänze / Modern dances
Workshop area	Dance
Workshop description	Latin dances is a workout session based on movements of salsa, bachata, mambo, cha cha chá where we create simple coreographies and we have fun with latin music.
Workshop instructor (name)	 Tomás Hernández Cabrera, España
Workshop instructor CV	Master in Physical Education in the Faculty of Physical Education in the University Las Palmas de Gran Canaria. Instructor for special Physical Education in the Ocupacional Center in Mogán and city coordinator of the City Council for Social Politics of Mogan
Workshop languages	Spanish, English
Target group (age)	50plus
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Workshop instructor (name)	 Richard Wieser, Germany
Workshop instructor CV	Mitglied Projektleitung Rendezvous der Besten beim DTB
Workshop languages	German, English
Target group (age)	50plus



Richard Wieser




Foto Workshop

Lista de Talleres = Workshop list/-liste		Idiomas en el taller		¿Cuándo y dónde? = Wann und Wo? = When and Where?					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	Idiomas - Language			Fecha - Date - Datum	Día - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			ESP	GER	ENG				
665	Rock'n Roll 50+ (Mayores • Ältere • Senior)	Richard Wieser	GER	ENG		02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando
666	Square Dance 1	Richard Wieser	GER	ENG		01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando
667	Square Dance 2	Richard Wieser	GER	ENG		02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando

Name of the workshop	<b>WS 665 Rock 'n Roll 50+ (Mayores / Ältere / Senior)</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	Ihr liebt den alten Swing/Lindy Hop? Stil der 50er/60er? Dann seid ihr genau richtig. Figures, verrückte Turns, Grundschrirte und einfache Drehung You love the old Swing / Lindy Hop ? 50s / 60s ? Then you are exactly right. Figures, crazy turns, basic steps and simple rotation
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>WS 666 + 667 Square dance</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	Tanzfiguren werden paarweise fließend ineinander getanzt und dabei wechseln die Tänzer/innen ständig ihre Positionen und Tanzpartner. Square Dance ist immer abwechslungsreich, macht Spaß und fördert die Konzentration und das Reaktionsvermögen.  Square dance is a social folk dance from the USA. The different dance figures are danced in pairs flowing into each other and the dancers constantly change their positions and dance partners. Square dancing is always varied, fun and promotes concentration and responsiveness.
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Hildegard Blumenberg, Germany
Workshop instructor CV	Ausgebildet im orientalischen Tanz, klass. Tanz, Tapdance, Jazzdance, Trainerlizenz A, B Unterrichtsfächer: Orientalischer Tanz, klass. ägyptischer Stil
Workshop languages	German, English
Target group (age)	50plus



Hildegard Blumenberg

Foto Workshop


Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			dïomas en el taller		¿Cuando y donde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?				
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	dïomas - Language			Fecha - Date - Datum	Dïa - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			ESP	GER	ENG				
657	Light Intensive Intervall Training	Hildegard Blumenberg		GER	ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos
658	Sitzgymnastik mit Miniband ▪ gimnasia con silla	Hildegard Blumenberg		GER	ENG	02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos
695	Orientalischer Tanz - Danzas orientales	Hildegard Blumenberg		GER	ENG	30.11.2026	Leues/Moatag/Moatday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio

Name of the workshop	<b>WS 657 Light Intensive Intervall Training</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	Das Training besteht aus moderaten Cardio-Einheiten wie gehen, Step-touch usw., die jeweils eine Minute durchgeführt werden.  In Anschluß daran werden ebenfalls für eine Minute Kräftigungsübungen absolviert, langsam und achtsam, um die Muskulatur zu stärken und die Kraftausdauer zu verbessern. Wir üben im Stand und auf der Matte.  The training consists of moderate cardio units such as walking, step-touch etc, each performed for one minute. Afterwards, strength exercises are also carried out for one minute, slowly and mindfully. This strengthens the muscles
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>WS 658 Gymnastik mit Stuhl - gymnastics with chair</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	Wir benutzen den Stuhl für Übungen im Stand und im Sitzen. Wir trainieren besonders die gesamte Bein und Pomuskulatur im Stand, Bauch und Oberkörper im Sitzen.  We use the chair for exercises while standing and sitting. We train specially the muscles of the legs and of the butt while standing and abdominals and upper body while sitting.
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	no
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>WS 695 Orientalischer Tanz - Danza oriental</b>
----------------------	--

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Åsa Roos, Sweden
Workshop instructor CV	I've taught gymnastic, dance, aerobic for 33 years children and adults. I have worked as an PE teacher in 25 years and nowadays I'm running a gym, with individual training and groups for all ages. Educated through the Swedish gymnastic federation and other courses/schools in Sweden and other countries. I am the leader and the choreograph for the Golden Ladies Sweden and been participated Blume festival since 2005
Workshop languages	<b>Swedish, English, Danish, German</b>
Target group (age)	30 - 60 plus



Åsa Roos




Foto Workshop

Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			¿Cuándo y dónde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?						
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	idiomas en el taller			Fecha - Date - Datum	Día - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			idiomas - Language	ESP	GER				
680	Morning Flow 1	Åsa Roos	GER	ENG	SWE	30.11.2026	Lunes/Monday/Monday	07:00 - 07:45	H. Beverly Park; Dance floor
681	Morning Flow 2	Åsa Roos	GER	ENG	SWE	01.12.2026	Martes/Diestag/Tuesday	07:00 - 07:45	H. Beverly Park; Dance floor
682	Morning Flow 3	Åsa Roos	GER	ENG	SWE	02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	07:00 - 07:45	H. Beverly Park; Dance floor

Name of the workshop	<b>WS 680 - 682 Morning Flow 1 - 3</b>
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	Do you love beautiful movements? Then you will fall head over heels for Seasonal Grace! We have gathered the best in our ready-made lessons for you. The various programs will allow You to move to a mix of music. The lessons are a harmonious mix of new & old, fast & slow and they flow with grace. The feeling is new, classical and Timeless at the same time. Man has felt the need to move in all times that he has walked on this Earth. We have let the planets inspire our themes. "As the Sun radiates light, warmth and appeal I am drawn to movement And in
Workshop units	3 x 45 min - 07:00 - 07:45
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / Hotel Beverly Park
Workshop equipment	small matt or a towel
Workshop music (YES/NO)	YES; CD / itunes

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Ute Messer-Zingler, Germany
Workshop instructor CV	Jahrgang 1951, Lehrerin (tätig bis 2012), Ausbildung Rhythmik (1996), Ausbildung Yogalehrerin (1999), tätig in der Lehrerfortbildung Musik, Lernen in Bewegung, Yoga in der Schule, seit 1999 Yoga-Kurse im TuS Jork für Erw. u. Kinder, ÜL B Lizenzen, Walking - Instruktor, diverse Yogafortbildungen. MAT- Trainerin (Mentales Aktivierungstraining)
Workshop languages	German, English, French
Target group (age)	50plus



Ute Messer-Zingler



Foto Workshop




Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			¿Cuando y donde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?						
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	dionas en el taller			Fecha - Date - Datum	Dia - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			diomas - Languages	ESP	GER				
688	Yoga 1	Ute Messer-Zingler		GER	ENG	30.11.2026	Luuee/Moatag/Moeday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Gimnasio
689	Yoga 2	Ute Messer-Zingler		GER	ENG	01.12.2026	Martee/Dieatag/Tuesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Salon de actos
690	Yoga en la Playa / am Strand / at the beach	Ute Messer-Zingler		GER	ENG	03.12.2026	Jaeuee/Donnerstag/Thursday	09:00 - 10:30	Hotel Beverly Park, am Ausgang zum Garten / Tor zur Straße / at the back garden entry

Name of the workshop	<b>WS 688: Hatha-Yoga spezial (Schultern, Nacken, Rücken - shoulders, neck, back)</b>
Workshop area	Bewegung und Entspannung (Movement & Relaxation)
Workshop description	Eintrache und wörtchenübungen des- mit Schulter- / nackendereich sollten anregen, Yoga in den Alltag zu integrieren. Bitte Handtuch mitbringen! This workshop offers easy exercises for neck and shoulders that sometimes will be executed every day! Please bring your towel!
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	Raum: Matten TN: bewegungsfreundliche Kleidung, barfuß mit Socken, Handtuch, ev. kleines Kissen
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>WS 689: Hatha Yoga - Wahrnehmen und entspannen - perceive and relax</b>
Workshop area	Bewegung und Entspannung (Movement & Relaxation)
Workshop description	Die eigenen Möglichkeiten und Grenzen erkennen ist der Schwerpunkt. Übe, dich wahrzunehmen und so zu bewegen, dass es dir tut! In this workshop movement and mental performance are holistically linked and trained in a playful way. In the foreground are exercises and examples of brain training.
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	Raum: Matten TN: Handtuch, ev. kleines Kissen, warme Socken, Getränk
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>WS 690 : Yoga am Strand / en la playa / at the beach</b>
Workshop area	Bewegung und Entspannung (Movement & Relaxation)
Workshop description	Yogafloes, Atemübungen und Meditation am Meeressaum We walk along the beach (about 20 min. concentrated, brisk walking - each in their own rhythm), to insert at another section of the beach a Yoga unit with stretching and breathing exercises. The way back we walk together.
Workshop units (a 90 min.)	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	outdoor / Hotel Beverly Park, Treffen am Ausgang zum Garten / Tor zur Straße - Meeting at the garden entry door
Workshop equipment	(eigene) Matten, großes Handtuch, Sonnenschutz ! Bring shoes or solid sandals! Remember Sun-Protection!
Workshop music (YES/NO)	no

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Natalia Juez Monzón & Sara Rosales Monzón
Workshop instructor CV	I've taught flamenco and sevillanas for 25 years children and adults. I have participated in several Ferias de Abril where flamenco soul is the main target for the dancers and artists.
Workshop languages	Spanish, English
Target group (age)	30 - 60 plus



Natalia & Sara



Foto Workshop

Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			¿Cuándo y donde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?							
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	diomas en el taller				Fecha - Date - Datum	Dia - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			diomas - Language	ESP	GER	ENG				
686	Flamenco 1	Natalia Juez Monzón & Sara Rosales Monzón	ESP	ENG			01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	09:00 - 10:30	Polideportivo San Fernando - Sala de Balet
687	Flamenco 2	Natalia Juez Monzón & Sara Rosales Monzón	ESP	ENG			01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando - Sala de Balet

Name of the workshop	WS 686 - 687 Flamenco
Workshop area	Gymnastics & Dance
Workshop description	<p>Flamenco is a Spanish musical genre with strong, rhythmic undertones and is often accompanied with a passionate style of dance characterized by its powerful yet graceful execution, as well as its intricate hand and footwork. Flamenco embodies a complex musical and cultural tradition. Although considered part of the culture of Spain in general, flamenco actually originates from one region: Andalusia.</p> <p>Flamenco ist ein spanisches Musikgenre mit starken, rhythmischen gedämpften Tönen und wird häufig mit einem passionate Stil des Tanzes begleitet, der durch sein starkes noch anmutige Ausführung, sowie seine komplizierte Hand und Beinarbeit charakterisiert ist. Flamenco nimmt eine komplizierte musikalische und kulturelle Tradition auf. Obwohl betrachtet als ein Teil der Kultur Spaniens im Allgemeinen, Flamenco wirklich aus einem Gebiet entsteht: Andalusien.</p> <p>El flamenco es una cultura auténtica que tiene valores mestizos, cuenta con su parte árabe, judía, gitana y andaluza. Los ocho siglos de presencia musulmana dejaron en Andalucía una muy variada y manifiesta raigambre cultural. El clima</p>
Workshop units	2 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop music (YES/NO)	YES; CD / itunes

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026




Traude Kell




Foto Workshop



Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			dìomas en el taller		¿Cuando y donde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	dìomas - Languages		Fecha - Date - Datum	Dìa - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place		
			ESP	GER	ENG	DEN				
683	Petanca - Boule	Traude Kell	ESP	GER	ENG		01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	16:30 - 17:30	Hotel Beverly Park, OK Büro
684	Petanca - Boule	Traude Kell	ESP	GER	ENG		02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	16:30 - 17:30	Hotel Beverly Park, OK Büro
685	Petanca - Boule	Traude Kell	ESP	GER	ENG		03.12.2026	Jueves/Donnerstag/Thursday	09:00 - 11:00	Hotel Beverly Park, OK Büro

Name of the workshop	WS 683 - 685 Boule / Petanca
Workshop area	Games
Workshop description	Boule ist ein Spiel für alle Altersklassen und eignet sich für alle Menschen. Der Sport steht bei uns im Vordergrund, aber die Geselligkeit kommt dabei nicht zu kurz. There will not be a special time to practice it. Everybody which like to practice it, please ask at the office.
Workshop instructor (name)	 Traude Kell
Workshop languages	German, Spanish
Target group (age)	Seniors
Workshop units	90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	Outdoor / Hotel Beverly Park
Workshop equipment	YES
Workshop music (YES/NO)	No

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Ulrike Stähr, Germany
Workshop instructor CV	Ich bin seit 2006 Sport und Fitnesskauffrau und seit 2008 Gesundheitssport Rehabilitations Trainerin/ Coach. Qi Gong und Tai Chi kamen in Hamburg dazu , wo ich meine Lehrerausbildung mit Schwerpunkt Qi Gong / Tai Chi mit Erfolg abgeschlossen habe! Seit 2007 arbeite ich in einer Physiotherapie Praxis in Niedersachsen und unterrichte dort regelmäßig!
Workshop languages	German, English
Target group (age)	50plus



Ulrike Stähr




Lista de Talleres • Workshop list/-liste			Idiomas en el taller		¿Cuándo y dónde? • Wann und Wo? • When and Where?			
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	Idiomas - Language		Fecha - Date - Datum	Día - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			ES/PT	GER/ENG				
674	Qigong 1	Ulrike Stähr	GER	ENG	30.11.2026	Lunes/Monday	11:00 - 12:30	Centro de Mayores-Gimnasio
675	Qigong 2	Ulrike Stähr	GER	ENG	02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	09:00 - 10:30	Centro de Mayores-Gimnasio

Name of the workshop	<b>WS 674 Qigong 1</b>
Workshop area	QiGong
Workshop description	Chinesisches Gesundheits- Qigong, GROßER TANZ ( Da Wu ) Grundlage des Großen Tanzes sind einfache Tanzbewegungen aus alter Zeit kombiniert mit der Methode des daoyin, um Blockaden zu beseitigen, den Energiehaushalt des Körpers zu regulieren, die Zirkulation von Qi und Blut und der Gelenke zu verbessern. Die Kurse bauen aufeinander auf, können jedoch auch unabhängig voneinander besucht werden.
Workshop units	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	NO
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	<b>WS 675 Qigong 2</b>
Workshop area	QiGong
Workshop description	Hui Chun Gong nach Monica Hackl Die Verjüngungsübungen der chinesischen Kaiser ist ein Jungbrunnen für Körper und Geist.
Workshop units	1 x 90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	indoor / San Fernando
Workshop equipment	NO
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Gudrun Bachmann, Germany
Workshop instructor CV	berufsausbildung als Gymnastiktrainerin und Ergotherapeutin Gedächtnistrainerausbildung vom BVGT seit 2005 Ref. beim BVST seit 2012 Ref. beim NTB seit 2014 Schwerpunkte sind: Seniorentanz und Seniorengymnastik / Drums Alive für Ältere/ ganzheitliches Gedächtnistraining / Brainwalking
Workshop languages	German, English
Target group (age)	50plus



Gudrun Bachmann




Foto Workshop

Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste		dïomas en el taller		¿Cuando y donde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?			
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	dïomas - Language ESP GER ENG DEN	Fecha - Date - Date	Dia - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
664	Tanz dich fit mit Block- und Kreistänzen!	Gudrun Bachmann	GER ENG	01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	11:00 - 12:30	CD David Jiménez Silva - Arguineguin

Name of the workshop	<b>WS 693 Tanz dich fit mit Block- und Kreistänzen!</b>
Workshop area	Entspannung (Relaxation)
Workshop description	Tanzen hält Geist und Körper fit! Diese rhythmische Bewegungsgymnastik hat einen positiven Einfluss auf unsere physische und psychische Leistungsfähigkeit. Es werden Kreis- und Blocktänze angeboten und der Kopf kommt durch die Förderung der Konzentration und Merkfähigkeit auch nicht zu kurz! Internationale Folklore und moderne Musik aus dem Gesellschaftstanz bilden die Grundlage und es werden keine besonderen Vorkenntnisse verlangt! Nicht Perfektion, sondern der Spaß und die Freude an der Bewegung stehen hier im Vordergrund!
Workshop instructor (name)	Gudrun Bachmann
Workshop contact	at the Office
Workshop instructor CV	
Workshop languages	German, English, Spanish
Target group (age)	Seniors
Workshop units	90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	Indoor / CD David Jiménez Silva - Arguineguin
Workshop equipment	No
Workshop music (YES/NO)	YES

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Barbara Stengl, Germany
Workshop instructor CV	Geschäftsführerin bei Aerobic Stutzpunkt Halle Inhaberin/Geschäftsführerin bei Fit&com studiert: LMU München FIG Aerobic Kampfrichterin Ref. beim DTB seit 2014
Workshop languages	German, English, Spanish
Target group (age)	50plus



Barbara Stengl




Foto Workshop

Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			diomas en el taller		¿Cuándo y dónde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?					
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	diomas - Language				Fecha - Date - Datum	Dia - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			ESP	GER	ENG	DEN				
662	Gleichgewicht+Sicherheit, Balance + safety	Barbara Stengl	ESP	GER	ENG		01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	11:00 - 12:30	Polideportivo San Fernando
663	Rückenschmerzen ade - Dolores de espalda adios	Barbara Stengl	ESP	GER	ENG		02.12.2026	Miercoles/Mittwoch/Wednesday	11:00 - 12:30	Pista Patinaje

Name of the workshop	<b>662 Gleichgewicht+Sicherheit, Balance + safety</b>
Workshop area	Entspannung (Relaxation)
Workshop description	Gleichgewicht und Sicherheit - balance and safety - Equilibrio y seguridad Wir wollen im Alter lange gesund zu Hause leben. Was braucht der Körper dazu, um sicher gehen zu können und damit Stürze vermeiden zu können? Optimierung der Gehsicherheit Schulung der Orientierungs- und Gleichgewichtsfähigkeit
Workshop languages	German, English, Spanish
Target group (age)	Seniors
Workshop units	90 min
Workshop location (indoor/outdoor)	Indoor / San Fernando
Workshop equipment	No
Workshop music (YES/NO)	YES

64. International Sportfestival BLUME GRAN CANARIA  
 Maspalomas, Gran Canaria - 30.11. bis 4.12.2026

Workshop instructor (name)	 Gabriele Schulz, Deutschland
Workshop languages	Deutsch, English, Español
Target group (age)	50plus
Workshop instructor CV	Gymnastics instructor for adults / seniors since 30 years. Reha sport, Fitnes trainer and gymnastics for all LSB, DOSB Lifeguard / Rettungsschwimmerin DLRG



Gabriele Schulz



Foto Workshop

Lista de Talleres ▪ Workshop list/-liste			¿Cuándo y dónde? ▪ Wann und Wo? ▪ When and Where?							
WS Code	Workshop - Taller	Instructor	Idiomas - Language				Fecha - Date - Datum	Día - Tag - Day	Zeit - Time - Hora	Lugar - Ort - Place
			ESP	GER	ENG	DEN				
668	En forma por la mañana 1 Fit in den Morgen 1	Gabriele Schulz		GER	ENG		30.11.2026	Lunes/Montag/Monday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
669	En forma por la mañana 2 Fit in den Morgen 2	Gabriele Schulz		GER	ENG		01.12.2026	Martes/Dienstag/Tuesday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
670	En forma por la mañana 3 Fit in den Morgen 3	Gabriele Schulz		GER	ENG		02.12.2026	Miércoles/Mittwoch/Wednesday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
671	En forma por la mañana 4 Fit in den Morgen 4	Gabriele Schulz		GER	ENG		03.12.2026	Jueves/Donnerstag/Thursday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
672	En forma por la mañana 5 Fit in den Morgen 5	Gabriele Schulz		GER	ENG		04.12.2026	Viernes/Freitag/Friday	07:20 - 07:40	Playa Aserradero frente H. Beverly Park
694	Aqua Gym im Meer - Gimnasia en el oceano	Gabriele Schulz	ESP	GER	ENG		03.12.2026	Jueves/Donnerstag/Thursday	11:00 - 11:45	Playa Aserradero frente H. Beverly Park

Name of the workshop	668 - 672 En forma en la mañana - Fit in den Morgen
Workshop area	Relaxation
Workshop description	Lass deinen Körper und Geist bei aufgehender Sonne durch langsame
Workshop units	5 x 20 min, monday - friday, 7:20 - 7:40
Date	Montag bis Freitag - Monday till Friday
Workshop location (indoor/outdoor)	outdoor / Strand Aserradero vor Hotel Beverly Park
Workshop equipment	NO
Workshop music (YES/NO)	YES / CD

Name of the workshop	WS 694 Aqua Gym im Meer - en el mar
Workshop area	Water / Wasser
Workshop description	
Workshop units	1 x 45 min
Workshop location (indoor/outdoor)	outdoor / Beach Aserradero in front of Hotel Beverly Park
Workshop equipment	YES / Badeanzug / Badehandtuch
Workshop music (YES/NO)	NO