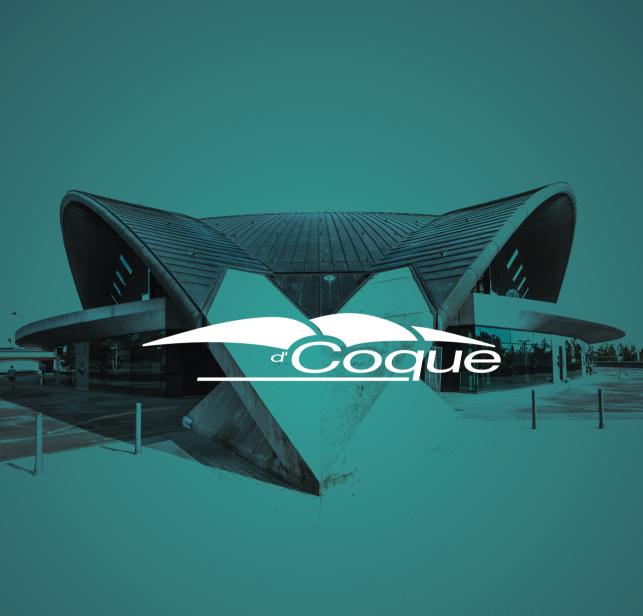
D'COQUE FLASH

the magazine



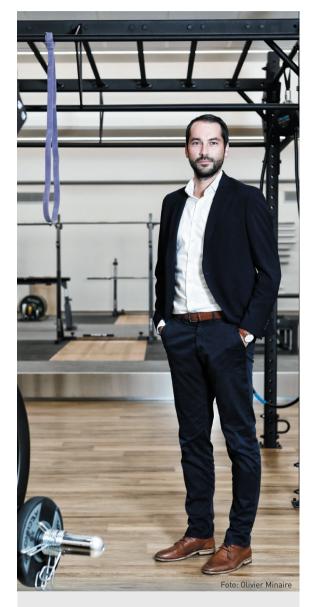


AGENDA

4	2023: VIELFÄLTIGES SPORTANGEBOT FÜR JUNG UND ALT
6	ENERGIESPARMABNAHMEN ZEIGEN WIRKUNG
6	SPORTLICHE KINDERGEBURTSTAGE: JETZT WIEDER BUCHBAR
8	EIN JAHRESSTART GEPRÄGT VON ZAHLREICHEN EVENTS
10	ANGEBOTE DER COQUE AUCH BEI UNTERNEHMEN IMMER BELIEBTER
12	FERIENCAMP FÜR SPORTBEGEISTERTE
14	ÉVÉNEMENTS SPORTIFS

2023: VIELFÄLTIGES SPORTANGEBOT FÜR JUNG UND ALT

CHRISTIAN JUNG, GENERALDIREKTOR DER COQUE, BLICKT ZURÜCK AUF EINEN EREIGNISREICHEN JAHRESSTART SOWIE AUF NEUE PROJEKTE IM JAHR 2023.



Christian JUNG
GENERALDIREKTOR DER COQUE

In den ersten Monaten des Jahres war schon viel los in der Coque. Können Sie uns kurz die bisherigen Highlights aufzählen, Herr Jung?

In der Tat, direkt im Januar begann die Saison schon spektakulär mit dem Novotel Cup. Dann hatten wir verschiedene Leichtathletikmeetings, darunter das CMCM Indoor Meeting sowie das Euromeet im Schwimmen, das ein eindrucksvolles Event mit erstklassigen Sportlern war. Für mich als Sportbegeisterten ist es aber auch jedes Mal ein Highlight, wenn Luxemburger Sportler und Sportlerinnen hervorragende Leistungen erbringen. So hat Bob Bertemes einen Rekord im Kugelstoßen aufgestellt und Patrizia Van der Weken gleich mehrere im Sprint. Wenn solche Erfolge bei uns in der Coque erzielt werden, freut mich das natürlich ganz besonders und zeigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind!

Außer auf die Sportveranstaltungen, für welche die Coque bekannt ist, legen Sie auch viel Wert auf die Förderung und Unterstützung von Hochleistungssportlern und -Sportlerinnen. Inwiefern hat die Coque vor, sich 2023 in diesem Bereich weiterzuentwickeln?

Der Hochleistungssport genießt in der Coque einen ganz besonderen Stellenwert. Im kommenden Sommer wird voraussichtlich der zweite Bereich unseres High Performance Training & Recovery Centers (HPTRC) eröffnet, welches unseren Leistungssportlern und Leistungssportlerinnen viele Möglichkeiten bieten wird, sich im Alltag, aber vor allem nach dem Training und Wettkämpfen zu erholen. 2019 wurde das erste Teilstück des HPTRC fertiggestellt. Mit der Inbetriebnahme des "Recovery'-Bereichs ist das Projekt nun komplett und Luxemburgs Topathleten und -Athletinnen verfügen über optimale Trainings- und Erholungsbedingungen.

Als Reaktion auf die Energiekrise hat die Coque letztes Jahr einige Maßnahmen eingeleitet, um Energie einzusparen. Wie haben die Kunden die Maßnahmen aufgenommen?

the magazine

Wie sich diese Krise weiterentwickelt, kann ich natürlich nicht sagen, aber wir behalten die Situation im Auge und hoffen, dass irgendwann der Moment kommt, an dem wir ruhigen Gewissens zum Normalbetrieb zurückkehren können. Der Großteil unserer Kunden akzeptiert die angesprochenen Maßnahmen und trägt sie mit, weil sie verstehen, dass jeder von uns seinen Teil beitragen muss, um die Energiekrise erfolgreich zu bewältigen. Unsere Strategie bringt konkrete Resultate, und das zeigt sich darin, dass wir im letzten Trimester des Jahres 2022 mehr als 12% Strom und mehr als 18% Fernwärme im Vergleich zum Referenzjahr 2019 einsparen konnten.

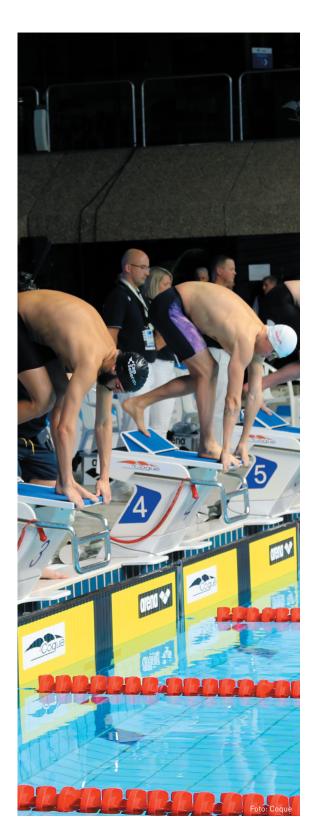
Der Coque liegt es sehr am Herzen, Angebote für alle Generationen anzubieten: Welche interessanten Neuigkeiten gibt es in dieser Hinsicht, z. B. für die kleinsten Coque-Besucher?

Die im vergangenen Jahr eingeführten "Kid's Gym"-Kurse für eine Verbesserung von Motorik und Koordination erfreuen sich großer Beliebtheit. Gegenwärtig werden aber auch neue Angebote ausgearbeitet, eines davon ist das Multisport-Camp für Kinder.

Dabei handelt es sich um ein dreitägiges "Schnupper-Event", bei dem die Kinder auf eine spielerische Weise mit sechs bis acht verschiedenen Sportarten in Kontakt gebracht werden. Dabei können sie herausfinden, was ihnen am meisten Spaß macht und beschließen dann eventuell, sich längerfristig mit einer bestimmten Sportdisziplin zu befassen. Das Multisport-Camp ist für die jungen Teilnehmer und Teilnehmerinnen also eine ideale Gelegenheit, sich mit Sportarten anzufreunden, die sie im Alltag vermutlich nie kennengelernt hätten. Mehr dazu auf Seite 3.

Demnach wird die Coque weiterhin attraktiv für alle Bevölkerungsgruppen bleiben?

Auf jeden Fall: Als Nationales Sportzentrum sehen wir uns dazu verpflichtet, immer neue Ideen zu entwickeln, damit die Leute sportbegeistert bleiben, und auch Menschen zum Sport finden, die bislang noch nicht aktiv waren. In der Coque soll sich jeder und jede willkommen fühlen. Neben den erwähnten Angeboten für Kinder bieten wir so zum Beispiel auch attraktive Konzepte für Menschen im fortgeschrittenen Alter an, wie zum Beispiel das Aquagym. "Jedem sein Sport und jedem sein eigener Rhythmus": so lautet unsere Devise, und in diesem Sinne sind mir alle Coque-Besucher gleich wichtig. Hauptsache ist, in jedem Lebensabschnitt aktiv zu sein und es auch zu bleiben!



ENERGIESPARMASSNAHMEN ZEIGEN WIRKUNG

Die Coque hat sich im Oktober 2022 den kollektiven Maßnahmen zur Senkung des Energieverbrauchs angeschlossen.

Im Rahmen der Kampagne "Zesumme spueren, zesummen-halen" wurden mehrere Maßnahmen beschlossen um den Energieverbrauch zu reduzieren. So wurden beispielsweise die Öffnungszeiten des Wellnessbereichs angepasst, die Wasser- und Raumtemperaturen leicht gesenkt oder auch die Lichtintensität innerhalb und außerhalb des Gebäudes reduziert. Durch all diese Maßnahmen konnte im letzten Quartal 2022, im Vergleich zu den letzten drei Monaten des Jahres 2019, der Stromverbrauch um 12.16 % und der Fernwärmeverbrauch um 18,35 % gesenkt werden. Die Cogue bedankt sich bei allen Kunden für das Verständnis und die Annahme der getroffenen Maßnahmen sowie ihren Beitrag, den nationalen Energieverbrauch nachhaltig zu reduzieren.

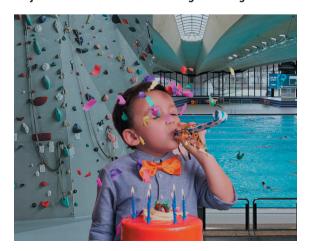
> zesumme spueren ZESUMMENHALEN

-18,35% Fernwärmeverbrauch

> **-12,16%** Stromverbrauch

SPORTLICHE KINDERGEBURTSTAGE: JETZT WIEDER BUCHBAR

Ab ietzt können Sie erneut Kindergeburtstage im Centre Aguatique oder an der Kletterwand feiern.



Seit Februar 2023 ist es wieder möglich, Kindergeburtstage in der Coque zu feiern: Ob im Centre Aquatique oder an der Kletterwand, für ein actionreiches Geburtstagsfest ist in der Coque gesorgt.

An der Kletterwand können sich mit einem Trainer bis zu 8 Kinder für 1,5 Stunden aufhalten. Im Centre Aquatique bietet die Coque für maximal 15 Kinder eine Stunde Spiel- und Planschspaß. Der Tarif für beide Angebote liegt bei 180€ mit der zusätzlichen Option für 5€ pro Kind einen kleinen Snack (Obst, Kuchen, Donuts, Säfte, Wasser, usw.) zu bestellen.

Für weitere Auskünfte und Reservierungen rufen Sie gerne an (**Tel. 43 60 60 736**), oder schreiben Sie eine Mail an: gilles.kirsch@coque.lu.



Station tram : Coque 2, rue Léon Hengen | L-1745 Luxembourg www.coque.lu



EIN JAHRESSTART GEPRÄGT VON ZAHLREICHEN EVENTS

Das Jahr 2023 ist für die Coque sehr ereignisreich gestartet: Allein im Januar und Februar haben rund 19 Sportveranstaltungen in den verschiedenen Infrastrukturen der Coque stattgefunden. Darunter die großen Events, wie der "NCup" (Volleyball), das "CMCM Indoor Meeting" (Leichtathletik), die Halbfinalspiele der "Loterie Nationale Coupe de Luxembourg & LALUX Ladies Cup" (Basketball) sowie das "Luxembourg Euro Meet" (Schwimmen), welches nach

2-jähriger Pause endlich wieder in der Coque ausgerichtet werden konnte. Rund 2.000 Sportler sowie über 10.000 Zuschauer sorgten für eine tolle Stimmung bei den verschiedenen Events im Gymnase, der Arena und im Centre Aquatique. Folgende Bilder geben Ihnen einen Einblick in die zahlreichen Veranstaltungen, die in den ersten Wochen und Monaten des Jahres in der Coque stattgefunden haben:











Victoria Rausch, Elitesportlerin bei der Luxemburger Armee und bekannte Leichtathletin, über ihre Teilnahme am CMCM Meeting und ihren Trainingsalltag in der Cogue.

Sie haben zuletzt viele Wettkämpfe erfolgreich bestritten, so auch das CMCM Meeting in der Coque, welches Sie über 60m Hürden mit einem guten 3. Platz abgeschlossen haben. Wie bewerten Sie Ihre Performance beim CMCM Meeting und der bisherigen Indoor-Saison?

Ich bin sehr zufrieden mit meiner Leistung beim CMCM Meeting. Es waren viele leistungsfähige Frauen mit am Start und ich bin deshalb stolz, mich gut platziert zu haben. Meine Indoor-Saison ist bis jetzt hervorragend abgelaufen und ich habe die Ziele, die ich mir gesetzt habe, bereits erreicht: Ich bin eine neue persönliche Bestleistung gelaufen und habe sogar einen neuen Landesrekord aufgestellt. Außerdem habe ich mich für die "Indoor Europameisterschaft" aualifiziert.

Erzählen Sie uns etwas über Ihren Sportleralltag, wenn Sie in Luxemburg sind: Wie läuft das Training zwischen den vielen Wettkämpfen einer Indoor-Saison ab, wie oft trainieren Sie in der Coque? Welche Infrastrukturen nutzen Sie am meisten?

Während der Indoor-Saison trainiere ich täglich mit meiner Trainingsgruppe – die aus Arnaud Starck, meinem Coach und Patrizia Van Der Weken, meiner Trainingspartnerin besteht – in der Coque, manchmal sogar zweimal am Tag. Ich benutze die gut ausgestattete Arena fast täglich und trainiere zwei bis dreimal die Wo-

che im HPTRC Kraftraum. Ab und zu schlafe ich im Hotel der Coque, was praktisch ist, wenn ich bis spät abends noch trainiere und morgens wieder früh anfangen muss.

Seit diesem Jahr sind Sie erstmalig im COSL Elitekader: was bedeutet das für Sie? Und welche Vorteile hat das für Sie als Athletin hinsichtlich des täglichen Trainings und den Vorbereitungen für anstehende Events?

Für mich macht es in mei-Alltag keinen größeren Unterschied. Da ich seit 2020 Elitesportlerin bei Luxemburger Armee bin, kann ich mich jeden Tag auf das Training konzentrieren. Natürlich bin ich aber auch sehr dankbar und glücklich jetzt im Elitekader zu sein und Unterstützung des COSL bei meinen Vorbereitungen zu bekommen.

Was sind Ihre kurz- und langfristigen Ziele für die Zukunft? Ist die Teilnahme an den Olympischen Spielen in Paris 2024 das große Ziel?

Dieses Jahr möchte ich gerne meine Outdoor Bestleistung verbessern, und mit den 13"00 Sekunden "flirten", wenn man das so sagen kann. Natürlich ist die Teilnahme bei den Olympischen Spielen 2024 in Paris eines meiner Ziele. Aber ich denke jeder Hochleistungssportler möchte mindestens einmal im Leben die Chance haben, an diesen teilzunehmen.



ANGEBOTE DER COQUE AUCH BEI UNTERNEHMEN IMMER BELIEBTER

Neben den zahlreichen Sportaktivitäten sowie dem Hotel-, Restaurant- und Wellnessbereich, bietet die Coque auch immer mehr Aktivitäten für Unternehmen und ihre Mitarbeiter an. Das Angebot besteht dabei aus drei zentralen Themen: der sogenannten "Corporate d'Coque Kaart", also dem Sportangebot für Mitarbeiter, die Vermietung von Meeting- und Eventlocations sowie dem Bereich Gastronomie.

Corporate d'Coque Kaart

Das Pendant zur "d'Coque Kaart" für Privatkunden ist die "Corporate d'Coque Kaart" für Unternehmen. Sie können mit Hilfe dieser Karte Ihren Mitarbeiter das umfangreiche Angebot an Aktivitäten der Coque umkompliziert ermögli- che



pliziert ermögli- chen. Sowohl Ihre Mitarbeiter, aber auch Sie als Arbeitgeber profitieren davon: regelmäßiger Sport steigert das Wohlbefinden sowie die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter, was sich positiv auf die Arbeitsergebnisse auswirken kann. Darüber hinaus verbessert die Bewegung vor, nach oder während der Arbeitszeit die psychische Gesundheit sowie Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter. Einfach die Karte mit einem Budget oder Eintritten aufladen, schon können Ihre Mitarbeiter von den Vorteilen der "Corporate d'Coque Kaart" profitieren. Alle Vorteile und weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.coque.lu im Bereich "Business".

Meeting- & Eventlocations

Die Coque verfügt über mehrere Meetingräume mit flexiblen Konfigurationen für bis zu 215 Personen. Drei klassische Meetingräume und ein mit modernster Streaming-Technik ausgestattes Amphitheater können für Meetings, Workshops, Seminare oder Präsentationen genutzt werden. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit auch größere Räume und Flächen für Events wie Firmenfeiern, Konferenzen oder Messen zu nutzen. Alle Räume können selbstverständlich nach Ihren Vorstellungen und Bedürfnissen kombiniert und eingerichtet werden. Profitieren Sie dabei



vom vielfältigen Angebot der Coque und kombinieren Sie Ihre Veranstaltung mit einer Sportaktivität, einem Aufenthalt im Hotel-, Restaurant- oder Wellnessbereich. Kontaktieren Sie uns gerne für ein individuelles Angebot oder eine Besichtigung der Räumlichkeiten via **events@coque.lu** oder werfen Sie einen Blick in unsere Business-Broschüre auf unserer Homepage **www.coque.lu**.

Gastronomie

Die Coque bietet auch die Möglichkeit die kompletten Räumlichkeiten des Restaurants "la coquille" für Ihr Event zu privatisieren. Bei gutem Wetter kann das Ganze auch in einer gemütlichen und sommerlichen Atmosphäre auf der großen Terrasse im Rahmen eines Grillfestes organisiert werden. Profitieren Sie dabei auch von der zentralen Lage auf dem Kirchberg sowie der guten Anbindung an den öffentlichen Verkehr. Kontaktieren Sie uns, um weitere Informationen zu erhalten und planen Sie Ihre individuelle Firmenfeier, Cocktailempfang, Afterwork oder Businessevent im Restaurant "la coquille".



Kontakt: **Tel. 43 60 60 530** oder via **horesca@coque.lu**. Wir freuen uns auf Sie!

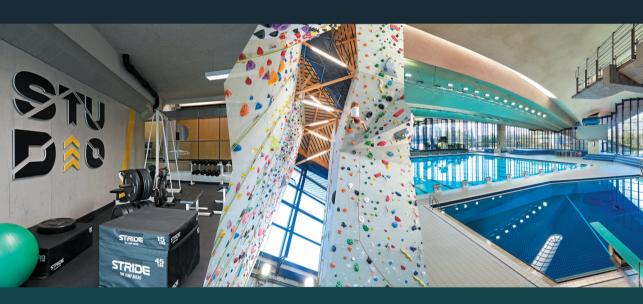
CORPORATE D'COQUE KAART



Développer la pratique sportive auprès de vos salariés, favorisera leur santé et le bien-être au travail.

SIMPLE & AVANTAGEUX

- > JUSQU'À 15% DE RÉDUCTION SUR DE NOMBREUSES PRESTATIONS
- > MOYEN DE PAIEMENT DIRECT
- > UN ACCÈS RAPIDE ET SANS PASSAGE AUX CAISSES
- > & BIEN PLUS ENCORE...





FITNESS &
COURS SPORTIFS



CENTRE AQUATIQUE



CENTRE DE DÉTENTE



MUK D'ESCALADE



D'COQUE HÔTEL*** SUPERIOR



RESTAURATION

Pour toute demande spécifique ou plus d'informations :

business@coque.lu



FERIENCAMP FÜR SPORTBEGEISTERTE

Für Kinder von 8-11 Jahren wird in den Osterferien, vom 4. bis 6. April, ein ganz spezielles Feriencamp in der Coque angeboten. An drei Tagen, bekommen Kinder in den Sportinfrastrukturen der Coque verschiedene Sportarten vorgestellt. Die Kinder können neue sportliche Aktivitäten im Schwimmbad, an der Kletterwand oder im Bereich der Leichtathletik entdecken. Sie werden aber auch Ballsportarten und verschiedene Rückschlagspiele kennenlernen.

Es ist die perfekte Möglichkeit mit neuen Sportarten in Kontakt zu kommen, die Kinder in den Osterferien fit und fröhlich zu halten und eventuell eine neue Leidenschaft zu entwickeln. Im Package von 229€ sind jegliche Aktivitäten, Mittagessen, eine kleine Abschlussfeier und ganz viel Spaß mitinbegriffen. Wenn Ihr Kind sportbegeistert ist und nach einer neuen Aktivität sucht, ist dies das perfekte Feriencamp!

Sichern Sie sich jetzt einen der letzten Plätze über unseren Webshop: **shop.coque.lu**





75 YEARS OF DRIVING DREAMS



75 ans de passion. Nous profitons de cet anniversaire pour remercier nos clients de leur fidélité. Nous ne la prenons pas pour acquise. C'est pourquoi nous associons à nos remerciements la promesse d'être, à l'avenir plus que jamais, un partenaire de mobilité fiable et visionnaire pour nos clients.



Découvrir le logo d'anniversaire

























Garage Losch Bech-Kleinmacher | Garage M. Losch – Bereldange | Garage Marc Winandy – Bettembourg | Garage M. Losch – Bonnevoie | Garage Roby Cruciani – Dudelange | Garage Kruft – Echternach Garage Martin Losch – Esch-sur-Alzette | Garage M. Losch – Bentley Luxembourg – Gasperich | Garage M. Losch – Lamborghini Luxembourg – Roost | Garage André Losch – Porsche Zenter Lëtzebuerg – Howald | Garage André Losch – Porsche Zenter Roost | Garage Pepin – Ingeldorf | Garage Losch & Cie – Junglinster | Garage Serge Tewes – Leudelange | Garage Losch Truck, Van & Bus – Niederanven | Garage Castermans – Redange-sur-Attert | Garage Claren & Cie – Roost | Used Cars by Losch – Roost | Garage A. Pauly-Losch – Strassen | Garage Martin Biver – Weidingen



Ce programme est une sélection de manifestations sportives ayant lieu à la Coque *

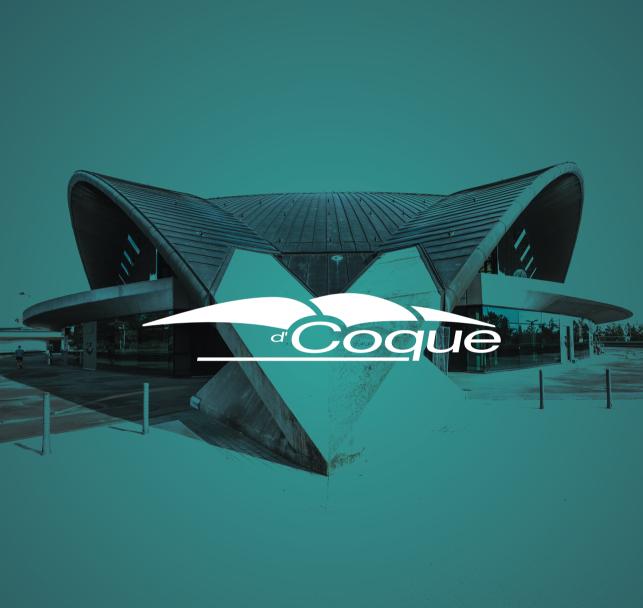
MARS 2023

18.03	Finales de la Loterie Nationale - Coupe de Luxembourg &
	LALUX Ladies Cup - Basketball
18.03	Championnat National de Tremplin (1m) - Plongeon
19.03	Championnat National de Judo individuel - Arts martiaux
23.03	Qualif. Championnat d'Europe - Dames - Tennis de table
25-26.03	Relais pour la vie (Fondation Cancer) - Événement caritatif
25-26.03	Championnats Nationaux individuels - Tennis de table
29.03	Young Athletes Day - Special Olympics

AVRIL 2023

30.03-02.04	Coupe de Luxembourg - Final4 - Handball
26.04	Euro 2024 Qualification - Phase 2
	Luxembourg-Macédoine du Nord - Handball
28-29.04	Tournoi International de Plongeon - Plongeon
29-30.04	Journée de la Coupe 2023 - Badminton

•••





D'COQUE PARTNER

























IMPRESSUM

Centre National Sportif et Culturel - d'Coque 2, rue Léon Hengen • L-1745 Luxembourg Tél. +352 43 60 60 1 • info@coque.lu www.coque.lu

Koordination: Philippe Bretz

Konzept, Design und Layout: Thibault Jeannin Mathieu Magras

Druck: d'Coque

Fotos: d'Coque, O. Minaire, C. Weber, J. Nollmeyer

