

COQUE

# FLASH

Sommer - Été  
2024





# AGENDA | SOMMAIRE

4

**ERFOLGSJAHR 2023 UND ZUVERSICHT FÜR DIE ZUKUNFT!**  
LES SUCCÈS DE L'EXERCICE 2023 OUVRÉNT LA VOIE À UN AVENIR  
PROMETTEUR POUR LA COQUE

10

**GENUSS IM FREIEN: DIE TERASSE DES RESTAURANTS  
„LA COQUILLE“ ERSTRAHLT IN NEUEM GLANZ**  
LE PLAISIR EN PLEIN AIR : LA TERRASSE DU RESTAURANT  
« LA COQUE » BRILLE D'UN NOUVEL ÉCLAT !

12

**PARIS 2024: OLYMPIA-VORBEREITUNG IN DER COQUE**  
PARIS 2024 : PRÉPARATION OLYMPIQUE À LA COQUE

24

**ALL-IN-ONE SERVICE FÜR IHR BUSINESS-EVENT**  
UN SERVICE TOUT-EN-UN POUR VOS ÉVÉNEMENTS BUSINESS

28

**KINDER-KLETTERCamps IN DEN SOMMERFERIEN**  
COURS D'ESCALADE PENDANT LES VACANCES D'ÉTÉ 2024

30

**HOHE NACHFRAGE SORGT FÜR ORGANISATORISCHE  
ANPASSUNGEN IM SCHULSPORT**  
LA FORTE DEMANDE ENTRAÎNE DES ADAPTATIONS ORGANISATIONNELLES  
DANS LE SPORT SCOLAIRE

32

**AGENDA JULI-OCTOBER 2024 | AGENDA JUILLET-OCTOBRE 2024**



(DE)

## ERFOLGSJAHR 2023 UND ZUVERSICHT FÜR DIE ZUKUNFT!

**D**as Interesse am nationalen Sport- und Kulturzentrum „Coque“ war noch nie so hoch wie im Jahr 2023. Sportverbände, Schulen, Spitzensportler und Amateursportler haben die Infrastrukturen des Zentrums in vollem Umfang genutzt. Dies belegen die im letzten „Rapport d'activité“ veröffentlichten Zahlen.

Was die Besucherzahlen betrifft, so erwies sich das Jahr 2023 als Rekordjahr für die Coque. Sie übertrafen selbst die im Jahr 2019, vor der Covid-19-Pandemie verzeichneten, hervorra-

genden Ergebnisse. Darüber hinaus konnte sich die Coque über einen kontinuierlichen Zuwachs über alle Besuchergruppen hinweg freuen.

### Anstieg der Trainingsstunden für Sportverbände und zusätzliche Events

Im Jahr 2023 nutzten 25 Sportverbände die Infrastrukturen der Coque, 12 davon sind regelmäßig zu Gast. Sie absolvierten insgesamt 21.236 Trainingsstunden, was einem Anstieg von über 13% gegenüber 2019 entspricht. Darüber hin-



© C. Sauber

aus wurden 64 Sportveranstaltungen organisiert (21% mehr als 2019), darunter Highlights wie das „CMCM Euro Meet“ im Schwimmen, das „CMCM Indoor Meeting“ in der Leichtathletik oder das Beachvolleyball-Event „CEV Queen & King of the Court-European Finals“ im letzten Sommer.

### **324 Schulklassen pro Woche**

Im Bereich des Schulsports empfing die Coque im Schuljahr 2023/2024 rund 324 Schulklassen pro Woche, davon 196 im Centre Aquatique und 128 in den verschiedenen Sporthallen. Die Nachfrage ist so hoch, dass mangels ausreichender Verfügbarkeit zu be-

stimmten Zeitfenstern, insbesondere im Centre Aquatique, Anfragen abgelehnt werden mussten. Darüber hinaus ist das Interesse an der Coque für außerschulische und schüler-gänzende Veranstaltungen nach wie vor sehr groß, was unter anderem die Organisation von Veranstaltungen wie „Wibbel & Dribbel“ (1.320 Schüler), „Minibutzen a Butzen an der Coque“ (900 Schüler) oder „Olympiad mam Sporty“ (830 Teilnehmer) zeigt.

### **Freizeitsport bleibt wichtiger Anziehungspunkt**

Der Freizeitsport bleibt für Erwachsene, wie Kinder ein wichtiger Anziehungspunkt,

was sowohl für das freie Training als auch für betreute Aktivitäten gilt.

Das Freizeitschwimmen erfreute sich großer Beliebtheit: Die Coque veranstaltet rund 64 Schwimm- und Aquafitness-Kurse pro Woche für alle Niveaus und Altersgruppen. Die Nachfrage nach Schwimmkursen stieg in letzter Zeit so stark an, dass die Coque teilweise nicht allen Kunden einen Platz in den beliebten Kursen anbieten konnte. Da vor allem das Lehrschwimmbassin vollständig ausgelastet ist, ist die Coque nun an ihrer Kapazitätsgrenze angelangt.

Auch das Freiklettern (+ 22 % im Vergleich zu 2019) und die

Klettercamps erfreuen sich steigender Teilnehmerzahlen. Besonders beliebt ist in diesem Zusammenhang die Kletterwand, die auf einer Fläche von 690 m<sup>2</sup> über 150 Kletterrouten für Kletterer aller Niveaus bietet. Der Wellnessbereich (Centre de Détente) verzeichnete trotz der Auswirkungen, der bis November 2023 beibehaltenen Energiesparmaßnahmen, 30.627 Besucher (+ 2% im Vergleich zu 2019), was ebenfalls einen Rekord darstellt.

### **Internationale Anziehungskraft für Sportgruppen**

Die Anziehungskraft der Coque reicht über die Grenzen Luxemburgs hinaus. Diverse ausländische Vereine (aus Deutschland, Belgien, Frankreich, den Niederlanden und Irland) wählten die Coque für die Organisation ihrer Trainingslager, für Sportarten wie Schwimmen, Kampfsport, Leichtathletik oder Tischtennis aus. Erfreulicherweise steigt die Nachfrage für Trainingslager in der Coque weiterhin, sodass in Zukunft weitere internationale Sportgruppen die verschiedenen Infrastrukturen der Coque nutzen werden.

### **Veranstaltungen für die breite Öffentlichkeit**

Die Coque ist für die Ausrichtung renommierter Sportveranstaltungen bekannt und war 2023 Gastgeber zahlreicher Events. Diese zogen ein großes und breitgefächertes Publikum an, bei dem es sich je nach Art der Veranstaltung sowohl um Sportler als auch um klassische Besucher handelte. Auch im Jahr 2023 fanden zahlreiche Sportveranstaltungen statt wie z.B. die 9. Ausgabe des „Business Run“, die „Luxembourg Ladies Tennis Masters“, „Gymmoticon“ und viele mehr.

### **Coque Hotel in seiner Kategorie bestätigt**

Mit einer Belegungsrate von 87,33% (16,99% mehr als 2022) wurde das Hotel der Coque von der Generaldirektion für Tourismus für weitere 4 Jahre in seiner Kategorie \*\*\* superior bestätigt.

Ergänzend zu dem sich zunehmender Beliebtheit erfreuenden Hotelangebot bietet die Coque auch mehrere Gastronomiebereiche an, die sich durch ihre ganz individuellen Charaktere auszeichnen. Das Restaurant „la coquille“ wurde im Januar 2023 nach kleinen Renovierungsarbeiten mit einer neuen Speisekarte wiedereröffnet. Die Maßnahmen führten zu einer Umsatzsteigerung von über 30% im Vergleich zum Jahr 2022 und sorgten für eine Vielzahl neuer Kunden. Die erweiterte und kontinuierlich wechselnde Karte des „Fresh & Fitness Corners“ hatte ebenso einen positiven Effekt: im Vergleich zum Jahr 2022 konnten ein Wachstum von rund 10% verzeichnet werden.

### **Der Direktor der Coque, Christian Jung, fasst diesen Rückblick zusammen:**

„Wir erzielen in den meisten Bereichen Rekordzahlen und sind sehr erfreut, dass die Coque nach wie vor sehr beliebt ist und auch immer mehr in der Sportwelt im Ausland wahrgenommen wird. Diese Zahlen sind umso ermutigender für die Zukunft, da sie in einem Zeitraum erzielt wurden, in dem die Coque bis Ende 2023 zahlreiche Maßnahmen zur Energieeinsparung ergriffen hat, wie zum Beispiel verkürzte Öffnungszeiten für den Wellnessbereich oder reduzierte Wassertemperaturen.“ Christian Jung ergänzt: „Ich möchte mich bei allen unseren Mitarbeitern und Partnern für ihre fortwährende Unterstützung und ihr Engagement bedanken. Auf der Grundlage der ausgezeichneten Zahlen für 2023 blicke ich weiterhin absolut zuversichtlich in die Zukunft, auch wenn klar ist, dass die meisten Sportinstallationen an ihre Kapazitätsgrenzen stoßen und kurzfristig wahrscheinlich Investitionen erforderlich sein werden, um die bestehenden Anlagen zu erweitern.“

(FR)

# LES SUCCÈS DE L'EXERCICE 2023 OUVRENT LA VOIE À UN AVENIR PROMETTEUR POUR LA COQUE

**L**'attrait du Centre national sportif et culturel Coque n'a jamais été aussi puissant qu'en 2023. Les fédérations sportives, écoles, athlètes d'élite et sportifs amateurs ont pleinement profité des infrastructures du Centre. Les chiffres publiés dans le dernier rapport d'activité en témoignent :

L'année 2023 se positionne comme une année-record pour le Centre national sportif et culturel en termes de fréquentation. Elle dépasse les excellents chiffres affichés en 2019, avant la pandémie de Covid-19. Autre bonne nouvelle : l'attractivité de la Coque continue de croître pour toutes les catégories d'utilisateurs et de sportifs.

## Augmentation des heures d'entraînement pour les fédérations sportives et événements supplémentaires

En 2023, 25 fédérations sportives ont profité des infrastructures du CNSC, dont 12 de façon régulière. Elles ont totalisé 21 236 heures d'entraînement, en hausse de 13 % par

rapport à 2019. Complémentairement, 64 manifestations sportives fédérales ont aussi été organisées (en hausse de 21 % par rapport à 2019), dont le 23<sup>e</sup> « CMCM Euro Meet » de natation, le « CMCM Indoor Meeting » d'athlétisme et les « CEV Queen & King of the Court-European Finals » (beach-volley).

## 324 classes par semaine

Au niveau du sport scolaire, la Coque a accueilli, pendant l'année scolaire 2023-2024, 324 classes par semaine, dont 196 au Centre aquatique et 128 au Centre des salles. Le succès est tel que, faute de disponibilités suffisantes sur certains créneaux horaires, des demandes ont dû être déclinées, notamment au Centre Aquatique.

Enfin, l'intérêt de la Coque pour l'organisation de manifestations périscolaires et parascolaires reste toujours très vif avec, entre autres, l'organisation de « Wibbel & Dribbel » (1 320 élèves), du « Minibutzen a Butzen an der Coque » (900 élèves) ou de l'« Olympiad mam Sporty » (830 participants).

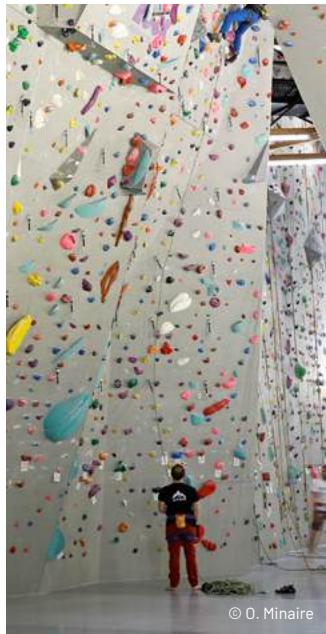
## Le sport loisir reste un important pôle d'attractivité

Le sport loisir reste un pôle d'attractivité important, aussi bien pour les adultes que pour les enfants, tant pour la pratique libre que pour les activités encadrées.

La natation récréative a connu un grand engouement : le CNSC a organisé 64 cours aquatiques par semaine, pour tous niveaux et âges. Ces derniers temps, la demande de cours de natation a tellement augmentée que la Coque n'a parfois pas pu offrir une place à tous les clients pour ces cours très populaires. Comme le bassin d'apprentissage, en particulier, est entièrement utilisé, la Coque est désormais à la limite de sa capacité.

L'escalade libre (+ 22 % par rapport à 2019) et les stages d'escalade bénéficient aussi d'une fréquentation en augmentation. Dans ce contexte, le mur d'escalade, d'une superficie de 690 m<sup>2</sup> et offrant plus de 150 voies d'escalade pour les grimpeurs de tous niveaux, est particulièrement apprécié.

Le Centre de détente a enregistré 30 627 entrées (+ 2 % par rapport à 2019), ce qui constitue également un record, malgré l'impact des mesures d'économies d'énergie maintenues jusqu'en novembre 2023.



## Attractivité internationale pour les groupes sportifs

L'attractivité de la Coque dépasse les frontières du Luxembourg. Divers clubs étrangers (Allemagne, Belgique, France, Pays-Bas et Irlande) ont choisi la Coque pour organiser leurs stages pour des sports comme la natation, les arts martiaux, l'athlétisme ou le tennis de table. La demande de camps d'entraînement à la Coque continue de croître, ce qui devrait permettre à l'avenir

à d'autres groupes sportifs internationaux d'utiliser les différentes infrastructures de la Coque.

## Les événements orientés grand public

S'il est connu pour organiser des manifestations sportives de renom, le CNSC a aussi accueilli de nombreux événements en 2023. Ces divers événements ont attiré un large public, enthousiaste et diversifié, plutôt orienté vers les sportifs ou vers le grand public selon la manifestation proposée. En 2023, la Coque a par exemple accueilli la 9<sup>e</sup> édition du « Business Run », le « Luxembourg Ladies Tennis Masters », « Gymmotion » et bien plus.

## Coque Hôtel confirmé dans sa catégorie

Affichant un taux d'occupation de 87,33 % (en hausse de 16,99 % par rapport à 2022), l'hôtel de la Coque a été confirmé, pour 4 ans, dans sa catégorie \*\*\* supérieur par la Direction générale du Tourisme.

Complémentairement à l'offre hôtelière qui rencontre un succès grandissant, la Coque propose aussi plusieurs espaces de restauration aux personnalités bien affirmées. Le restaurant « la coquille » a été rouvert en janvier 2023 après de petits travaux de rénovation et avec une nouvelle carte. Ces mesures ont permis d'augmenter

le chiffre d'affaires de plus de 30 % par rapport à 2022 et ont attiré de nombreux nouveaux clients. L'élargissement et le changement continu de la carte du « Fresh & Fitness Corner » ont également eu un effet positif : une croissance d'environ 10 % a été enregistrée par rapport à l'année 2022.

## Christian Jung, Directeur de la Coque, conclut :

« Nous atteignons des chiffres records dans la plupart des domaines et nous sommes très heureux que la Coque soit toujours aussi populaire et de plus en plus reconnue dans le monde sportif à l'étranger. Ces chiffres sont d'autant plus encourageants pour l'avenir qu'ils ont été obtenus à une période où la Coque a mis en place jusqu'à la fin de 2023 de nombreuses mesures d'économie d'énergie, comme la réduction des horaires d'ouverture du centre de bien-être ou la diminution des températures de l'eau. »

Christian Jung ajoute : « Je tiens à remercier tous nos employés et partenaires pour leur soutien continu et leur engagement. Sur la base des excellents chiffres de 2023, je suis toujours aussi confiant pour l'avenir, même s'il est clair que la plupart des installations sportives ont atteint leurs limites de capacité et que des investissements seront probablement nécessaires à court terme pour étendre les installations existantes. »



+21.000

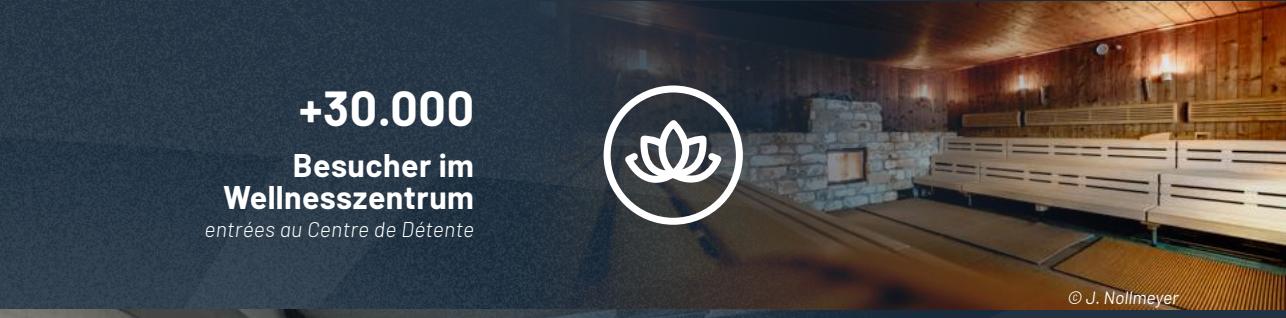
**Trainingsstunden  
für Sportverbände**

heures d'entraînement pour les  
fédérations sportives

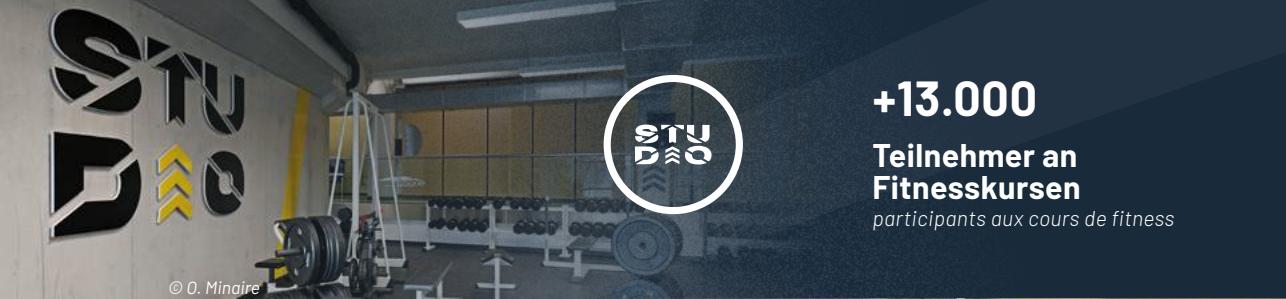
**324**  
**Schulklassen  
pro Woche**  
classes par semaine



**88 %**  
**Zimmerauslastung  
im Coque Hôtel**  
de taux d'occupation  
au Coque Hôtel



**+30.000**  
**Besucher im  
Wellnesszentrum**  
entrées au Centre de Détente



**+13.000**  
**Teilnehmer an  
Fitnesskursen**  
participants aux cours de fitness

**+154.000**  
**Eintritte im  
Centre Aquatique**  
entrées au Centre Aquatique



(DE)

## **GENUSS IM FREIEN: DIE TERASSE DES RESTAURANTS „LA COQUILLE“ ERSTRAHLT IN NEUEM GLANZ**

**E**in komplett neues Design für ein frischeres Flair: Von neuem Mobiliar und moderner Beleuchtung über eine erweiterte Bar bis hin zu einer eigenen Holzterrasse mit gemütlichen Loungemöbeln für entspannte Stunden am Nachmittag und Abend. Passend zur Sommerzeit präsentiert das Restaurant darüber hinaus eine neue Sommerkarte mit besonderem Fokus auf leichte Sommergerichte. Bei gutem Wetter werden selbstverständlich auch frisch gegrillte Speisen zubereitet. Während der Europameisterschaft besteht außerdem die Möglichkeit, einzelne Spiele um 18 Uhr auf der Terrasse zu verfolgen.

Freuen Sie sich auf eine einladende Atmosphäre und unvergessliche Momente unter freiem Himmel! Reservieren Sie jetzt schnell und einfach Ihren Tisch online über [www.coque.lu](http://www.coque.lu).

(FR)

## **LE PLAISIR EN PLEIN AIR : LA TERRASSE DU RESTAURANT «LA COQUILLE» BRILLE D'UN NOUVEL ÉCLAT !**

**U**n tout nouveau design crée une ambiance plus dynamique : mobilier et éclairage modernes, bar agrandi, et une terrasse séparée en bois équipée de meubles lounge confortables pour des heures de détente l'après-midi et le soir. À l'approche de l'été, nous dévoilons une nouvelle carte de plats qui met l'accent sur des plats frais et légers. Si le temps le permet, des grillades fraîches seront bien entendu préparées. Pendant l'Euro, il sera également possible de suivre certains matchs sur la terrasse à 18h. Réjouissez-vous de l'atmosphère accueillante et des moments inoubliables en plein air !

Réservez maintenant votre table en ligne rapidement et en toute facilité sur [www.coque.lu](http://www.coque.lu).



© Coque

(DE)

# PARIS 2024: OLYMPIA-VORBEREITUNG IN DER COQUE

Zum dritten Mal (nach 1900 und 1924) ist die französische Hauptstadt Gastgeber der olympischen Sommerspiele. Dieses Jahr finden die Spiele vom 26. Juli bis 11. August 2024 in Paris und Umgebung statt. Ein paar Wochen später, vom 28. August bis 8. September finden dann auch die paralympischen Spiele in Paris statt.

Für die Coque als nationales Sport- und Kulturzentrum sowie eine der wichtigsten Anlaufstellen für die besten Sportler im Land, stellen die olympischen Spiele immer ein besonderes Ereignis dar. Zum einen freut man sich auf ein tolles Sportereignis mit Sportlern aus aller Welt in unmittelbarer Nähe zu Luxemburg, zum anderen ist man stolz, dass viele Athleten des „Team Lëtzebuerg“ fast täglich in der Coque trainieren und die verschiedenen Sportinfrastrukturen nutzen. Viele der Bereiche, wie beispielsweise der große Tischtennis-Saal oder das 50m Trainingsbecken im Untergeschoss, sind für „normale“ Kunden nur selten sichtbar.

Auch die 2021 neu erbaute Laufpiste in der Arena können die Kunden wenn, dann nur bei Leichtathletik-Events erleben. Neben diesen Sportarten, sind aber auch viele andere luxemburgische Athleten regelmäßig in der Coque zu Gast, um in den Räumlichkeiten des HPTRC („High Performance Training & Recovery Center“), dem hochmodernen Trainingszentrum für Spitzenathleten im Untergeschoss, zu trainieren und regenerieren.

Ende 2023 konnte der 2. Teil des HPTRC mit Fokus auf den Bereich „Recovery“ fertiggestellt werden. Luxemburgs beste Athleten können nun seit einigen Monaten auch von den umfangreichen Installationen rund um den Bereich

„Erholung“ profitieren. Ziel war es den Athleten vor, zwischen und nach den Trainingseinheiten einen Raum zu bieten, der es ihnen ermöglicht entsprechend professionell zu regenerieren. Darüber hinaus war die Idee, einen Ort zum gemeinsamen Austausch der Athleten zu schaffen und den Gedanken des „Team Lëtzebuerg“, auch im Hinblick auf Paris 2024, zu fördern!

## Ausstellung und Public Viewing vor und während den olympischen Spielen

Ab Juli können unsere Besucher noch mehr zu den olympischen Spielen in Paris erfahren, denn die Coque wird extra für die olympischen Spiele eine Ausstellung in ihrer Eingangshalle realisieren. Ausgestellt werden allgemeine Infos zu den Spielen in Paris, vor allem aber werden die luxemburgischen Teilnehmer vorgestellt. Ziel der Ausstellung ist es, die Sportler und ihre Leistungen in den Mittelpunkt zu rücken und darüber hinaus die Vorfreude auf dieses Highlight-Event 2024 zu steigern.

Neben der Ausstellung wird es während den Spielen in Paris vom 26. Juli bis 11. August wieder Live-Übertragungen von einzelnen Wettbewerben geben. Sowohl auf dem großen Bildschirm in der Eingangshalle, als auch bei gutem Wetter auf der Terrasse des Restaurants „la coquille“ werden verschiedene Wettbewerbe, vor allem mit luxemburgischer Beteiligung, gezeigt.

Nähere Informationen dazu folgen in den nächsten Wochen über unsere Social Media Kanäle und Homepage [www.coque.lu](http://www.coque.lu).

**DIE COQUE  
WÜNSCHT ALLEN  
LUXEMBURGISCHEN  
ATHLETEN VIEL  
ERFOLG IN PARIS!\***



TEAM LËTZEBUERG



(FR)

# PARIS 2024 : PRÉPARATION OLYMPIQUE À LA COQUE

Pour la troisième fois (après 1900 et 1924), la capitale française accueille les Jeux Olympiques d'été. En effet, les JO se tiendront cette année à Paris et ses environs, du 26 juillet au 11 août 2024. Quelques semaines plus tard, du 28 août au 8 septembre, auront lieu les Jeux Paralympiques, qui se dérouleront également dans la ville de Paris.

Pour la Coque, en tant que Centre National Sportif et Culturel et lieu de rassemblement de choix pour les meilleurs athlètes du pays, les Jeux Olympiques représentent un événement d'envergure indéniable. D'une part, la Coque se réjouit de vivre un événement sportif exceptionnel avec des sportifs du monde entier à proximité immédiate du Luxembourg, d'autre part, elle est fière de voir tant d'athlètes du « Team Lëtzebuerg » s'entraîner presque quotidiennement à la Coque et utiliser les différentes infrastructures sportives. Il s'agit principalement des nageurs, des joueurs de tennis de table, des athlètes et des pratiquants d'arts martiaux. Il est peu fréquent que les clients « ordinaires » aient l'occasion d'apercevoir un certain nombre d'espaces, tels que la vaste salle de tennis de table ou la piscine d'entraînement de 50 mètres, située au sous-sol. De même que la nouvelle piste de course, inaugurée en 2021 dans notre arène, qui est uniquement accessible aux clients lors d'événements d'athlétisme.

En dehors de ces disciplines, de nombreux autres athlètes luxembourgeois se rendent régulièrement à la Coque pour se maintenir en forme et se régénérer dans les locaux du HPTRC (« High Performance Training & Recovery Center »), le centre d'entraînement ultra-moderne pour athlètes de haut niveau situé au sous-sol. Après l'inauguration de la 1<sup>re</sup> partie du « HPTRC » en 2019, qui concerne principale-

ment les domaines « formation et diagnostic », la 2<sup>e</sup> partie du « HPTRC » a été achevée fin 2023. Elle met le focus sur la récupération. Depuis quelques mois, les meilleurs athlètes luxembourgeois peuvent donc également profiter des vastes installations autour de la récupération. L'objectif était d'offrir aux athlètes, avant, entre et après les unités d'entraînement, un espace qui leur permette de se régénérer de manière professionnelle. De plus, l'idée était de créer un lieu d'échange commun entre les athlètes et de promouvoir l'idée du « Team Lëtzebuerg », notamment en vue de Paris 2024 !

## Exposition et Public Viewing avant et pendant les Jeux Olympiques

À partir de juillet, nos visiteurs pourront en apprendre davantage sur les Jeux Olympiques de Paris, car la Coque organisera une exposition dans son hall d'entrée dédiée aux Jeux Olympiques. Des informations générales sur les Jeux de Paris seront exposées, mais ce seront surtout les participants luxembourgeois qui seront présentés. L'objectif de l'exposition est de mettre en lumière les sportifs et leurs performances ainsi que d'intensifier l'engouement du pays pour cet événement phare de 2024. Parallèlement à l'exposition, des retransmissions en direct de certaines compétitions auront à nouveau lieu pendant les Jeux de Paris, du 26 juillet au 11 août. Les différentes épreuves sportives, en particulier celles dans lesquelles sont engagés les athlètes luxembourgeois, seront diffusées sur l'écran géant installé dans le hall d'accueil ainsi que sur la terrasse du restaurant « la coquille », si le temps le permet. De plus amples informations suivront dans les semaines à venir via nos canaux de médias sociaux et notre site internet [www.coque.lu](http://www.coque.lu).



**HPTRC**  
LUXEMBOURG  
High Performance Training  
& Recovery Center

© J. Nollmeyer



© O. Minaire



© O. Minaire

**PATRIZIA**  
VAN DER WEKEN



(DE)

# INTERVIEW MIT PATRIZIA VAN DER WEKEN

**Hallo Patrizia! Du warst die erste luxemburgische Athletin, die sich für die Olympischen Spiele qualifiziert hat, herzlichen Glückwunsch! Es sind auch deine ersten Olympischen Spiele mit 24 Jahren, sprechen wir hier von einem Kindheitstraum?**

Ja klar, ich denke, die Olympischen Spiele sind der Traum eines jeden Spitzensportlers. Es ist ein großes Ziel, das ich schon seit einiger Zeit habe, und es ist toll, dass es dieses Mal geklappt hat.

**Du hast dich vor kurzem in der Weltrangliste um einen Platz verbessert und liegst derzeit auf dem 22. Platz. Ein vierter Platz bei der Europameisterschaft in Rom Anfang Juni und dann ein Sieg in Lüttich am 19. Juni. Nochmals herzlichen Glückwunsch zu diesen tollen Ergebnissen! In welcher Verfassung siehst du dich selbst, jetzt kurz vor Paris?**

Bisher ist alles in Ordnung, alle Ziele wurden bis jetzt bestätigt. Ich kann mich nicht beschweren, wir werden versuchen, an diesen Ergebnissen anzuknüpfen und in Paris die beste Leistung zu erbringen.

**Wie sieht dein Programm bis zu den Olympischen Spielen (26. Juli) aus?**

Ich werde noch ein bisschen tra-

nieren und dann habe ich noch zwei drei Wettkämpfe vor den Spielen. Dann geht es nach Paris, um am 2. August das erste Mal zu laufen.

**Kannst du dich noch an den Moment erinnern, als du die Mindestanforderungen für die Olympischen Spiele erfüllt hast? Wo war das, welcher Wettkampf und weißt du sofort nach deinem Lauf, was das bedeutet, oder hast du es erst später erfahren?**

Letztes Jahr bin ich in Dessau (Deutschland) 11:02 Minuten gelaufen, ich hatte die Mindestanforderungen schon erfüllt, aber das war vor der Qualifikationsperiode, deshalb hat es nicht gezählt. Dann haben wir uns in der Schweiz erneut für die Olympischen Spiele qualifiziert und es hat schon in den Vorläufen geklappt. Es war nicht mein bestes Rennen, aber wir wollen uns nicht beschweren, es war wirklich gut. Wir haben die Zeit nicht sofort gesehen, wir mussten ein bisschen warten, aber dann war die Freude natürlich riesengroß.

**Sind es die Zeiten, die du vor jedem Rennen im Kopf hast?**

Ich kenne natürlich die Mindestanforderungen, aber ich sage mir nicht vor dem Rennen, dass ich versuchen werde, diese oder jene Zeit zu laufen. Ich denke, das ist keine gute Sache, das

ist keine gute Einstellung. Ich trete zu einem Rennen an und habe konkrete Ziele für dieses Rennen.

**Man ist sich dessen nicht bewusst, aber um ein paar Hundertstel bei der Zeitmessung zu gewinnen, wie viel Arbeit und Anstrengung erfordert das?**

Das ist wirklich enorm! In der Leichtathletik, vor allem im Sprint, geht es um so wenig, dass es viel Arbeit ist, um am Ende ein paar Hundertstel zu erreichen, daher ist es nicht einfach, diese Frage zu beantworten! Aber sehr wohl Monate und Jahre sehr harte Arbeit.

**Wie werden die Wettkämpfe in Paris ablaufen, wie viele Rennen wird es insgesamt geben?**

Ich werde am Morgen des 2. August die Vorläufe laufen, und wenn alles gut läuft, am nächsten Tag die Halbfinals. Und wenn alles super super gut läuft, dann die Finals am Abend. Aber es sind immer noch die Olympischen Spiele, es gibt noch einige sehr gute Athleten, die teilnehmen werden, also kann man es natürlich nie genau wissen.

**Wie geht man mit diesen Rennen im Wettkampf um? Muss man in den Qualifikationsrennen seine Kräfte**

einteilen und in den Finalrennen etwas mehr geben oder sind alle Rennen wie Finalrennen zu betrachten?

Das hängt wirklich vom Wettbewerb ab. Die luxemburgische Meisterschaft ist etwas anderes als eine Welt- oder Europameisterschaft. Bei den Olympischen Spielen geht es von Anfang an voll zur Sache, du stellst dich in deinem Block auf und musst in diesen 11 Sekunden alles geben.

**Wie lange dauert es bei dieser Intensität, sich zu erholen? Ist die Zeit zwischen zwei Rennen überall gleich?**

Das hängt schon vom Zeitplan des Wettkampfs ab. Bei einem klassischen Meeting sind es zwischen einer und zwei Stunden. Bei Meisterschaften kann es ein ganzer Tag oder 12 Stun-

den sein. Aber es ist klar, dass man sich nach dem Rennen so schnell wie möglich erholen und wieder zu Kräften kommen muss.

**Wer sind die Favoriten bei deinen Wettkämpfen?**

Ich habe die US-Meisterschaften nicht allzu sehr verfolgt, aber ich kann mir wahrscheinlich vorstellen, dass eine Amerikanerin oder eine Jamaikaneerin gewinnen wird. Ich denke da an Sha'Carri Richardson. Danach weiß ich nicht, ob alle in Form sein werden, es ist noch weit weg. Aber ich denke, dass es sich zwischen diesen beiden Nationen entscheiden wird.

**Welche Zeit benötigst du für einen guten Platz?**

Was ist ein guter Platz?

**Goldmedaille !**

(Lacht) Ich müsste wahrscheinlich unter 10'70 - 10'80 laufen, denke ich.

**Geht man mit einem konkreten Ziel vor Augen in die Olympischen Spiele oder geht man einfach los, stellt sich keine Fragen und gibt sein Bestes?**

Mein Ziel ist ganz klar das Erreichen des Halbfinales. Ich gehe mit der bestmöglichen Einstellung an den Start: ich werde versuchen, mir keine Grenzen zu setzen und mein Bestes zu geben, um Luxemburg bestmöglich zu vertreten. Und dann werden wir sehen, was dabei herauskommt.

**Patrizia, vielen Dank für das Gespräch. Im Namen der Coque wünschen wir dir alles Gute für Paris!**

(FR)

## INTERVIEW AVEC PATRIZIA VAN DER WEKEN

Salut Patrizia. Tu étais la première athlète luxembourgeoise qualifiée aux Jeux Olympiques, félicitations ! Ce sont également tes premiers Jeux Olympiques à 24 ans, est-ce qu'on parle d'un rêve d'enfant ?

Oui, clairement, je pense que les Jeux Olympiques c'est le rêve de chaque athlète de haut niveau. C'est un gros objectif que j'ai de-

puis un certain moment, c'est super que ça ait pu fonctionner cette fois-ci.

Tu viens récemment de gagner une place au classement mondial, tu es actuellement 22<sup>e</sup>. Une 4<sup>e</sup> place au Championnat d'Europe à Rome début juin, à quelques centièmes près, puis une victoire à Liège le 19 juin. Encore une fois félicitations.

**Dans quel état d'esprit es-tu avant d'aller à Paris ?**

Jusque-là tout va bien, tous les objectifs ont été validés jusqu'à maintenant. Je ne peux pas me plaindre, on va essayer de continuer sur cette foulée et faire la meilleure performance à Paris.

**Et quel est le programme avant le début des JO le 26 juillet ?**

Je vais m'entraîner un peu, puis j'ai encore deux trois compétitions avant les Jeux. Puis on part à Paris pour courir le 2 août.

**Est-ce que tu te souviens encore du moment où tu as réalisé les minimas pour les JO ? C'était où, quelle compétition et est-ce que tu sais tout de suite après ta course ce que ça veut dire ou tu l'apprends par après ?**

L'année dernière j'ai couru en 11'02 à Dessau (Allemagne), j'avais déjà réalisé les minimas mais c'était avant la période de qualification, du coup ça n'a pas compté. Puis on a retenté une qualification Olympique en Suisse et ça a fonctionné dès les séries. Ce n'était pas ma meilleure course mais on ne va pas se plaindre, c'était vraiment bien. On n'a pas vu le chrono tout de suite, on a dû attendre un peu, puis c'était une énorme joie.

**Est-ce que ce sont des chronos que tu as en tête avant chaque course ?**

Je connais les minimas bien sûr, après je ne me dis pas avant la course que je vais essayer de courir en tel ou tel chrono. Je pense que ce n'est pas une bonne chose, ce n'est pas un bon état d'esprit. Je m'aligne sur une course et j'ai des objectifs pour cette course.

**On ne s'en rend pas compte, mais pour gagner quelques centièmes à son chrono, cela demande combien de temps de travail, d'efforts ?**

C'est énorme ! En athlétisme, surtout en sprint, ça se joue sur

tellement peu de chose que c'est un travail énorme pour finalement quelques centièmes, donc ce n'est pas évident de répondre à cette question ! Mais bien des mois, des années de travail.

**Comment vont se passer les épreuves à Paris, il y aura combien de courses au total ?**

Je vais courir les séries le 2 août au matin, et si tout va bien, le lendemain les demies. Et puis si tout va super super bien, les finales le soir. Mais voilà ça reste les Jeux Olympiques, il y a encore de très bons athlètes qui vont participer donc on ne sait jamais.

**Comment on gère ces courses en compétition ? Est-ce qu'il faut savoir doser son effort en courses qualificatives et donner un peu plus en phase finale ou quelque part toutes les courses sont à aborder comme des finales ?**

Ça dépend vraiment de la compétition. Le championnat de Luxembourg est différent par exemple d'un championnat du Monde ou d'Europe. Les Jeux Olympiques ce sera à fond dès le début, tu t'alignes sur ton bloc et tu dois tout donner sur ces 11 secondes.

**Avec une telle intensité, combien de temps faut-il pour récupérer ? Le délai entre deux courses est le même partout ?**

Ça dépend déjà de l'horaire de la compétition. En meeting classique, c'est entre 1h et 2h. En championnat, ça peut être une journée complète ou 12h. Mais

c'est clair qu'après la course il faut récupérer et reprendre des forces le plus vite possible.

**Quelles sont les athlètes favorites de la compétition ?**

Je n'ai pas trop suivi les championnats des États-Unis, mais j'imagine probablement que c'est une Américaine ou une Jamaïcaine qui va gagner. Je pense à Sha'Carri Richardson. Après je ne sais pas si tout le monde sera en forme, c'est encore loin on va dire. Mais je pense que ce sera entre ces deux nations.

**Quel chrono pour une bonne place ?**

C'est quoi une bonne place ?

**Médaille d'or !**

(Rires) Il faudra probablement courir en dessous des 10'70 - 10'80 je pense.

**Est-ce qu'on aborde les Jeux Olympiques avec un objectif en tête ou on y va, on ne se pose pas de questions et on fait du mieux qu'on peut ?**

Mon objectif c'est clairement de passer en demies finales. Après j'ai ma lignée, j'y vais avec le meilleur état d'esprit possible donc je vais essayer de ne pas me donner de limites et faire de mon mieux pour représenter le Luxembourg de la meilleure des manières. Et on verra bien ce que ça donnera.

**Patrizia, merci beaucoup pour cette interview. Au nom de la Coque, nous te souhaitons bonne chance à Paris !**

**LUKA**  
**MLADENOVIC**



(DE)

# INTERVIEW MIT LUKA MLADENOVIC

**Hallo Luka, herzlichen Glückwunsch zu deiner Qualifikation für die Olympischen Spiele. Hast du dir damit einen Kindheitstraum erfüllt?**

Auf jeden Fall! Es ist der größte Traum eines jeden Spitzensportlers, besonders in unserer Sportart Tischtennis. In anderen Sportarten ist es vielleicht nicht der größte, obwohl ich denke, dass es in den meisten Sportarten trotzdem ein großes Ziel ist. Bei uns im Tischtennis ist es auf jeden Fall das größte Ziel! Für mich war es der größte Traum, vor allem seit bekannt ist, dass 2024 in Paris stattfinden wird, wollte ich dabei sein. Dreams come true!

**Es gibt mehrere Möglichkeiten, sich für die Olympischen Spiele im Tischtennis zu qualifizieren. Kannst du uns kurz erklären, wie deine Qualifikation zustande gekommen ist?**

Das System ist sehr kompliziert. Kurz gesagt, du kannst dich als Mannschaft qualifizieren, dann gibt es die Qualifikationsturniere jedes Kontinents, dann die Quotenplätze jedes Kontinents mit den besten Plätzen im Ranking. Am Ende gibt es noch etwa 12 bis 15 Qualifikationsplätze über das World Ranking, und auch hier können sich nur zwei Athleten pro Nation qualifizieren. Ich selbst habe in der Gruppenphase der Qualifikationsturniere verloren. Die einzige Möglichkeit, mich zu qualifizieren, war über das World Ranking, und bis vor ein paar Monaten war ich auf Platz 210. Ich wusste, dass es schwer werden würde, aber ich sagte mir, dass ich nichts zu verlieren habe.

**Und jetzt ist die neue Tischtennis-Weltrangliste ist da! Herzlichen Glückwunsch, du gehörst zu den TOP 100 mit einem guten 87. Platz und qualifizierst dich für die Olympischen Spiele in Paris. Du bist übrigens der einzige luxemburgische Mann in den Top 700. Ich nehme an, das macht dich persönlich sehr stolz?**

Es war mein Ziel, ein Traum, der erste luxemburgische Mann in den Top 100 zu sein und der erste Mann, der sich für die Olympischen Spiele qualifiziert hat.

Beides innerhalb eines Monats zu erreichen, ist einfach unglaublich gut, die Emotionen lassen sich nicht in Worte fassen. Erst jetzt, nach einigen Tagen, wird mir bewusst, was ich in den letzten Monaten erreicht habe.

**Im Jahre 2019 wirst du Profi, indem du in den luxemburgischen Elitekader aufsteigst. 5 Jahre später nimmst du bereits an deinen ersten Olympischen Spielen in Paris teil. Wie kam es dazu?**

Es ist vor allem die harte Arbeit, die ich in all diesen Jahren geleistet habe. An mich, meine Fähigkeiten und das Potenzial zu glauben, ein sehr hohes Spiel niveau anzustreben. Ich wusste, dass es viele Dinge gab, an denen ich arbeiten musste und die viel Arbeit erforderten, aber ich wusste auch, dass es mir helfen würde, mein Gesamtniveau zu verbessern.

Ich habe 2020 meine Grundausbildung beim Militär gemacht und mich danach verletzt. Ich habe einen Monat vor der europäischen Qualifikation für die Olympischen Spiele 2020 wieder angefangen zu spielen, und dort habe ich verloren, aber ich war schon froh, dabei gewesen zu sein. Zu diesem Zeitpunkt war ich auf Platz 300 der Weltrangliste und über die Qualifikation für die Olympischen Spiele zu sprechen, war ein völlig anderes Szenario.

Um nochmal auf die Frage zurückzukommen: harte Arbeit, an sich selbst glauben und immer daran glauben, dass man es schaffen kann. Ich denke, dass niemand nach Paris fährt, wenn er nicht an seine persönlichen Stärken glaubt.

**Die Olympischen Spiele beginnen in einem Monat, wie sieht dein Programm bis dahin aus?**

Ich habe Ende Juni mit den speziellen Vorbereitungen begonnen, etwas mehr als einen Monat vor den Olympischen Spielen. Ich mache viel Konditionstraining, um wieder Ausdauer und Kraft aufzubauen, denn die letzten Monate bestanden hauptsächlich aus Turnieren, Reisen und Spielen. Das waren nicht wirklich Ein-

heiten, in denen du an der Technik gearbeitet hast, das war wirklich oft nur der Spielmodus. Jetzt geht es darum, an bestimmten Aspekten zu arbeiten und mit anderen, neuen Ideen nach Paris zu kommen, um die Gegner auf kreative Weise zu bespielen.

#### **Wann ist dein Startdatum bei den Olympischen Spielen, wie wird dein Zeitplan in Paris aussehen?**

Am 24. Juli ist die Auslosung, dann werde ich wissen, gegen wen und wann ich spielen werde. Das könnte am 27., 28. oder 29. Juli sein. Im Moment fahren wir am 22. nach Paris, um die Halle zu erkunden, die Bedingungen zu sehen und uns vorzubereiten. Wenn wir meine Auslosung kennen, geht es an die Vorbereitung, den Gegner zu analysieren und zu versuchen, für den Tag X bereit zu sein. Es werden K.o.-Spiele sein, man muss mindestens zwei Spiele gewinnen, um gegen einen Spieler aus den TOP16 zu spielen, der direkt in die dritte Runde einzieht. Das sind bereits sehr starke Spieler, wir werden sehen!

**Wir wissen, dass der Wettbewerb im Tischtennis sehr hart ist. Die Weltrangliste wird vom asiatischen Kontinent dominiert. Die ersten vier Plätze**

**sind chinesisch. Ich kann mir vorstellen, dass man sich immer wünscht, ihnen erst so spät wie möglich zu begegnen?**

Sicherlich, aber irgendwann, wenn du bei den Olympischen Spielen etwas erreichen willst, wirst du an einem Chinesen vorbeikommen müssen. Seit 2008 war es immer ein 100%ig chinesisches Finale. Es wird das Ziel des Rests der Welt sein, einen dieser Spieler zu schlagen.

#### **Zum Abschluss: hast du ein bestimmtes Ziel für die Olympischen Spiele?**

Es war schon das Ziel, dabei zu sein, also ist jetzt alles, was kommt, Bonus. In mein Spiel zu kommen, heiß zu sein und zu versuchen, meinen besten Tischtennis zu spielen, ohne viel nachzudenken. Also vor allem Spaß haben! Es ist schon eine Ehre, für sein Land zu spielen. Es werden uns viele Luxemburger unterstützen, so dass ich bis zum Schluss bei jedem Punkt mein Bestes geben werde.

**Luka, vielen Dank für das Gespräch. Im Namen der Coque wünschen wir dir alles Gute für Paris!**

(FR)

## **INTERVIEW AVEC LUKA MLADENOVIC**

**Salut Luka, félicitations pour ta qualification aux Jeux Olympiques. Est-ce que tu viens de réaliser ton rêve d'enfant ?**

Bien sûr. C'est le plus grand rêve de chaque athlète de haut niveau, surtout dans notre sport de tennis de table. Dans d'autres sports, c'est peut-être pas le plus grand, même si je pense que dans la plupart des sports c'est quand même

un grand objectif. Mais chez nous en tout cas, c'est le plus grand. Pour moi, c'était le plus grand rêve surtout depuis qu'on sait que 2024 serait à Paris, je voulais y être. Dreams come true.

**Il y a plusieurs moyens de se qualifier aux Jeux Olympiques de Tennis de table, peux-tu nous expliquer comment s'est faite ta qualification ?**

Le système est hyper compliqué. En résumé, tu peux te qualifier par équipe, puis il y a les tournois de qualification de chaque continent, puis les places quota de chaque continent avec les plus hautes places du ranking. Puis à la fin il reste à peu près 12 à 15 places qualificatives via le World Ranking, et là aussi il y a n'y a que deux athlètes par nation qui peuvent se qualifier.

Pour ma part, je perds lors des phases de poule des tournois de qualification. La seule façon de me qualifier était par le World Ranking, et il y a encore quelques mois j'étais 210ème. Je savais que ça allait être dur, mais je me suis dit que je n'avais rien à perdre.

**Et félicitations le nouveau classement mondial de Tennis de Table est sorti, tu fais partie du TOP 100 avec une belle 87ème place et tu te qualifies parmi l'élite pour les Jeux Olympiques de Paris. Tu es d'ailleurs le seul Luxembourgeois homme du Top 700. J'imagine que c'est une fierté pour toi, personnelle et pour ton pays ?**

C'était mon but, un rêve d'être le premier homme luxembourgeois d'être dans le top 100, le premier homme également à se qualifier aux Jeux Olympiques. Réaliser les deux en l'espace d'un mois c'est trop bon, les émotions sont impossibles à expliquer. C'est seulement maintenant, après plusieurs jours que je réalise ce que j'ai réussi ces derniers mois.

**Tu deviens professionnel en 2019 en rejoignant le cadre Elite luxembourgeois. 5 ans plus tard, tu participes déjà à tes premiers Jeux Olympiques de Paris. Comment en es-tu arrivé là ?**

C'est surtout tout le travail que j'ai réalisé pendant toutes ces années. Croire en moi, en mes capacités et le potentiel d'aller chercher un niveau de jeu très haut. Je savais qu'il y avait beaucoup de choses à travailler, qui demandent beaucoup de travail, mais je savais que ça pouvait m'aider à améliorer mon niveau global.

J'ai fait mes instructions de l'armée en 2020, je me suis ensuite blessé après. J'ai recommencé à jouer un mois avant la qualification européenne des JO 2020, et là je perds en poule mais j'étais déjà content d'être là. À ce moment là j'étais 300ème dans le World Ranking, l'idée de parler de se qualifier pour les Jeux Olympiques c'était un scénario totalement différent.

Donc le travail, croire en soi et que tu peux le faire. Je pense que personne ne part à Paris sans penser pouvoir y arriver.

**Les JO sont dans un mois, quel est ton programme jusqu'à là ?**

J'ai commencé la prépa fin juin, à un peu plus d'un mois des JO. Je fais beaucoup de préparation physique pour retrouver de l'endurance, de la force, parce que les derniers mois c'était essentiellement des tournois, des voyages, des matchs. Pas vraiment des séances où tu travailles la technique, c'est travailler sur des aspects spécifiques pour arriver à Paris avec des idées différentes pour aborder les adversaires d'une manière plus créative.

**Quelle est la date de ton entrée en lice aux JO, quel sera ton planning là-bas ?**

Le 24 juillet, il y a le tirage au sort, je vais savoir contre qui et quand je vais jouer. Cela pourrait être le 27, 28 ou 29 juillet. Pour le moment on part le 22 à Paris pour découvrir la salle, voir les conditions, se préparer. Quand on connaîtra mon tirage, ce sera la préparation, analyser l'adversaire et essayer d'être prêt pour le jour J. Ce sera des matchs à élimination directe, il faudra gagner au moins 2 matchs pour jouer contre un joueur du TOP 16 qui intègre directement le 3ème tour. Ce sont déjà de très forts joueurs, on verra.

**On sait que la concurrence est très rude au Tennis de Table. Le classement mondial est dominé par le continent Asiatique. Les quatre premiers sont chinois. J'imagine qu'on souhaite toujours les rencontrer le plus loin possible.**

C'est sûr, mais à un certain moment si tu veux faire quelque chose aux Jeux Olympiques, il faudra que tu passes par un Chinois. Depuis 2008, ça a toujours été une finale 100% chinoise. Ce sera le but du reste du monde de battre un de ces joueurs.

**Un objectif pour les Jeux Olympiques ?**

C'était déjà l'objectif d'être là donc maintenant tout ce qui vient c'est du Bonus. Entrer dans mon match, être chaud et essayer de jouer mon meilleur jeu sans trop penser. Donc vraiment prendre du plaisir. C'est déjà une fierté de jouer pour son pays... En plus il y aura beaucoup de Luxembourgeois pour nous supporter donc vraiment donner le maximum à chaque point jusqu'à la fin.

**Luka, merci beaucoup pour cette interview. Au nom de la Coque, nous te souhaitons bonne chance à Paris !**

(DE)

# ALL-IN-ONE SERVICE FÜR IHR BUSINESS-EVENT

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

## „Corporate Coque Kaart“

Die „Corporate Coque Kaart“ entspricht der „Coque Kaart“ für Privatkunden und ermöglicht es Unternehmen, ihren Mitarbeitern auf einfache Weise Zugang zu einer breiten Palette von Aktivitäten zu verschaffen.

## Sowohl Arbeitnehmer als auch Arbeitgeber profitieren davon:

Regelmäßige sportliche Betätigung fördert das Wohlbefinden und die Gesundheit der Mitarbeiter, was sich positiv auf die Arbeitsleistung auswirken kann.



© Coque

Durch das Aufladen der Karte mit einem Budget oder Eintritten können Ihre Mitarbeiter sofort von den Vorteilen der „Corporate Coque Kaart“ profitieren. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website [www.coque.lu](http://www.coque.lu) unter der Rubrik „Business“.

## Seminare, Workshops und Veranstaltungen

Für Tagungen und Veranstaltungen bietet die Coque mehrere flexible Tagungsräume mit unterschiedlichen Konfigurationen für bis zu 215 Personen. Neben drei klassischen Tagungsräumen steht ein modern ausgestattetes Amphitheater mit Streaming-Technologie zur Verfügung. Darauf hinaus stehen größere Räume und Flächen für Veranstaltungen wie Firmenfeiern, Konferenzen oder Messen zur Verfügung. Alle Räumlichkeiten können nach Ihren individuellen Wünschen kombiniert und ausgestattet werden. Nutzen Sie das vielfältige Angebot der Coque und kombinieren

Sie Ihre Veranstaltung mit einer sportlichen Aktivität, einem Hoteaufenthalt, einem Restaurantbesuch oder einem Wellnessaufenthalt. Kontaktieren Sie uns für ein maßgeschneidertes Angebot oder eine Besichtigung der Räumlichkeiten unter [events@coque.lu](mailto:events@coque.lu) oder besuchen Sie unsere Businessbroschüre unter [www.coque.lu](http://www.coque.lu).

## Restaurant „la coquille“

Die Coque bietet die Möglichkeit, das gesamte Restaurant „la coquille“ exklusiv für Ihre Veranstaltung zu reservieren. Bei schönem Wetter kann Ihr Event auch auf der großzügigen Terrasse in entspannter Sommeratmosphäre oder als Barbecue stattfinden. Profitieren Sie dabei von der zentralen Lage auf dem Kirchberg und der guten Anbindung an den öffentlichen Verkehr. Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen und planen Sie Ihre individuelle Firmenfeier, Ihren Cocktailempfang, Ihr After-Work-Event oder Ihr Business-Event im Restaurant „la coquille“.

(FR)

# UN SERVICE TOUT-EN-UN POUR VOS ÉVÉNEMENTS BUSINESS

**L**a Coque propose un large éventail d'activités sportives ainsi qu'un hôtel, un restaurant et un centre de détente. Elle s'adresse de plus en plus aux entreprises et à leurs collaborateurs. L'offre de services se divise en trois domaines principaux : la « Corporate Coque Kaart » pour les collaborateurs, la location de salles de réunion et d'événements et la gastronomie.

## « Corporate Coque Kaart »

La « Corporate Coque Kaart » est l'équivalent de la « Coque Kaart » pour les particuliers et permet aux entreprises de donner facilement accès à une large offre d'activités à leurs collaborateurs.

**À la fois les employés et les employeurs en profitent :** la pratique régulière d'une activité sportive favorise le bien-être et la santé des employés, ce qui peut avoir un effet positif sur les performances au travail.

Grâce à la recharge de la carte avec un budget ou des entrées, vos collaborateurs peuvent profiter immédiatement des avantages de la « Corporate Coque Kaart ». Vous trouverez de plus amples informations sur notre site web [www.coque.lu](http://www.coque.lu) sous la rubrique « Business ».

## Réunions et événements

Pour les réunions et les événements, la Coque propose plusieurs salles de réunion flexibles

avec différentes configurations pouvant accueillir jusqu'à 215 personnes. En complément des trois salles de réunion traditionnelles, une salle de conférence équipée de matériel moderne et de fonctionnalités de diffusion en direct est mise à disposition des clients. Des salles et des espaces plus grands sont disponibles pour des événements tels que des fêtes d'entreprise, des conférences ou des salons. Tous les espaces peuvent être combinés et équipés selon vos souhaits individuels. Profitez de l'offre diversifiée de la Coque et associez votre événement à une activité sportive, un séjour à l'hôtel, une sortie au restaurant ou à un séjour de détente. Contactez-nous pour une offre sur mesure ou une visite des locaux à l'adresse [events@coque.lu](mailto:events@coque.lu) ou consultez notre brochure commerciale sur [www.coque.lu](http://www.coque.lu).

## Restaurant « la coquille »

La Coque offre aussi la possibilité de réserver l'ensemble du restaurant « la coquille » exclusivement pour votre évé-

nement. Par beau temps, votre événement peut également se dérouler sur la spacieuse terrasse dans une ambiance estivale détendue ou sous forme de barbecue. Profitez de sa situation centrale sur le Kirchberg et de sa bonne desserte par les transports publics. Contactez-nous pour plus d'informations et planifiez votre fête d'entreprise individuelle, votre cocktail dînatoire, votre after-work ou votre événement professionnel au restaurant « la coquille ».



© Coque

(DE/FR)

### **Highlight-Event „Staff Day“**

Ein tolles Beispiel für ein rundum gelungenes Firmenevent, war der im Juni von einer großen luxemburgischen Firma veranstaltete „Staff Day“.

Verschiedene Konfigurationen in der Arena sowie die Nutzung der Sportinfrastrukturen zeigten dabei die Vielfalt und Flexibilität der Coque als Event-Location.

Die Veranstaltung begann mit einer Plenarsitzung in der bestuhlten Arena, gefolgt von verschiedenen sportlichen Aktivitäten tagsüber und endete mit einem Walking Dinner und 360 Grad Entertainment für über 4.000 Besucher am Abend.

Sind Sie auf der Suche nach einem ähnlichen Event für Ihr Unternehmen? Zögern Sie nicht, unser Event-Team zu kontaktieren, um mehr über die verschiedenen Veranstaltungsräume der Coque zu erfahren: [events@coque.lu](mailto:events@coque.lu).

### **Retour sur l'événement « Staff Day »**

Le « Staff Day » organisé en juin par une grande entreprise luxembourgeoise a été un excellent exemple de réussite en matière d'événement d'entreprise.

*La variété des configurations dans l'arène et l'utilisation des infrastructures sportives ont démontré la diversité et la flexibilité de la Coque en tant que lieu capable d'accueillir des événements de grande envergure.*

*L'événement a débuté par un discours d'ouverture à l'Arena, suivi tout au long de la journée par diverses activités sportives, pour se conclure par un dîner déambulatoire et un divertissement à 360 degrés en soirée, accueillant plus de 4 000 visiteurs.*

*Vous cherchez à organiser un événement similaire pour votre entreprise ? N'hésitez pas à contacter notre équipe événementielle pour en savoir plus sur les différents espaces de la Coque : [events@coque.lu](mailto:events@coque.lu).*





# CORPORATE COQUE KAART

## SIMPLE & AVANTAGEUX

- JUSQU'À 15% DE RÉDUCTION SUR DE NOMBREUSES PRESTATIONS •
- MOYEN DE PAIEMENT DIRECT •
- ABONNEMENTS CENTRALISÉS •
- ACCÈS PRIVILÉGIÉS •

plus d'infos sur [coque.lu](http://coque.lu)

(DE)

## KINDER-KLETTERCAMPS IN DEN SOMMERFERIEN

**A**uch dieses Jahr bietet die Coque wieder Ihre beliebten Kletterkurse für Kinder ab 8 Jahren an. Über 2 Tage erlernen die Kinder spielerisch verschiedene Klettertechniken an unserer Boulderwand. Darüber hinaus erlernen sie die Gewöhnung an die Höhe, bestimmte Vertrauensübungen und das gegenseitige Sichern des Partners. Dazu jede Menge Spiel und Spaß garantiert!

In den Monaten Juli, August und September werden fünf Termine angeboten. Im Preis von 190€ für zwei Tage sind Ausrüstung und Mittagessen inklusive. Weitere Infos dazu sowie den Link zur Reservierung finden Sie über [www.coque.lu](http://www.coque.lu).

Schnell sein lohnt sich, in der Regel sind die Kurse sehr schnell ausgebucht!

(FR)

## COURS D'ESCALADE PENDANT LES VACANCES D'ÉTÉ 2024

**C**ette année encore, la Coque propose ses célèbres cours d'escalade pour les enfants à partir de 8 ans. Pendant deux jours, les enfants apprennent de manière ludique différentes techniques d'escalade sur notre mur de bouldering. En outre, ils apprennent à s'habituer à la hauteur, à effectuer certains exercices de confiance et à assurer mutuellement leur binôme. Sans oublier une bonne dose de jeu et de plaisir garanti !

Cinq dates sont proposées en juillet, août et septembre. Le prix de 190€ pour deux jours comprend l'équipement et le déjeuner. Vous trouverez plus d'informations à ce sujet ainsi que le lien pour la réservation sur [www.coque.lu](http://www.coque.lu).

Il vaut la peine de se dépêcher, les cours sont en général très vite complets !





**FITNESS**

**GROUP CYCLE**

**BODY SHAPE**

**ZUMBA**

**YOGA**

**PILATES**

**CORE TRAINING**

**PERSONAL TRAINING**

**POWER WORKOUT**

**BACK FIT**

DÉCOUVREZ NOTRE PROGRAMME DE COURS SUR  
**SHOP.COQUELU**



(DE)

# HOHE NACHFRAGE SORGT FÜR ORGANISATORISCHE ANPASSUNGEN IM SCHUL-SPORT

Zu Anfangszeiten des Schulsports in der Coque wurden die Sporthallen und Becken des Centre Aquatique vor allem von Sekundarklassen der umliegenden Schulen genutzt.

In letzter Zeit entwickelte sich jedoch eine verstärkte Nachfrage, sodass auch Grundschüler von den Sportinfrastrukturen der Coque mehr und mehr profitieren, insbesondere für den Schwimmunterricht.

Seit ungefähr drei Jahren haben die demografische Entwicklung in der Stadt Luxemburg sowie der neue internationale geopolitische Kontext den Empfang von Schulgruppen in der Coque, sowohl im Schwimmbad als auch in den Sporthallen, weiter stark verändert.

Die Anzahl der Grundschulklassen, die die Infrastrukturen der Coque nutzen, nimmt aufgrund

der Folgen der verschiedenen geopolitischen Konflikte, der steigenden Nachfrage nach mehrsprachigen Schulen und der damit verbundenen Zunahme von Integrations- und internationalen Klassen kontinuierlich zu.

Diese Entwicklung stellt für die Coque eine große Herausforderung dar. Es mussten Kapazitäten geschaffen werden um die gestiegene Anzahl der Klassen aufzunehmen, das heißt auch entsprechende Lernbecken für jüngere Jahrgänge bereitzustellen. Um dieser Entwicklung der Schulgruppen gerecht zu werden, musste darüber hinaus auch Material und Equipment im Centre Aquatique überdacht und angepasst werden. Das Team der Coque ist stets bemüht ihren Teil dazu beizutragen, dass auch in Zukunft möglichst allen Schulklassen die besten Bedingungen für Sport und Schwimmunterricht bereitgestellt werden können.



(FR)

# LA FORTE DEMANDE ENTRAÎNE DES ADAPTATIONS ORGANISATIONNELLES DANS LE SPORT SCOLAIRE

Au début de l'utilisation des infrastructures sportives de la Coque par les écoles, les salles de sport et les bassins du Centre Aquatique étaient principalement fréquentés par les classes secondaires des établissements environnants.

Avec le temps, la demande a considérablement augmenté, permettant également aux élèves du primaire de bénéficier des installations de la Coque, notamment pour les cours de natation.

Depuis environ trois ans, l'évolution démographique de la ville de Luxembourg, ainsi que le nouveau contexte géopolitique international, ont fortement modifié l'accueil des groupes scolaires à la Coque, tant à la piscine que dans les salles de sport.

Le nombre de classes primaires utilisant les infrastructures de la Coque ne cesse d'augmenter

en raison des conséquences des divers conflits géopolitiques, de la demande croissante d'écoles multilingues et de l'augmentation des classes d'intégration et internationales qui en résulte.

Cette évolution représente un grand défi pour la Coque. Il a fallu créer des capacités pour accueillir le nombre croissant de classes, c'est-à-dire mettre à disposition des bassins d'apprentissage pour les classes plus jeunes. Pour faire face à cette évolution des groupes scolaires, il a également fallu repenser et adapter le matériel et l'équipement du Centre Aquatique. L'équipe de la Coque s'efforce toujours de faire en sorte que toutes les classes puissent continuer à bénéficier des meilleures conditions pour la pratique du sport et de la natation.



(DE/FR)

# AGENDA JULI-OKTOBER 2024

(AGENDA JUILLET-OCTOBRE 2024)

**05-11/07** — **WIBBEL & DRIBBEL**  
SPORTMINISTERIUM / MINISTÈRE DES SPORTS

**07/07** — **39E J.P. MORGAN CITY JOGGING**  
LAUFEN / RUNNING

**12-15/07** — **FLBB CAMP**  
BASKETBALL

**07-08/09** — **LUXEMBOURG OPEN CHAMPIONSHIPS 2024**  
TANZEN / DANSE

**19/09** — **BUSINESS RUN**  
LAUFEN / RUNNING

**06/10** — **COQUE "OPEN DAY"**

**17-20/10** — **LUXEMBOURG LADIES TENNIS MASTERS**  
TENNIS

## INFO-BOX

Wie jedes Jahr werden das Centre Aquatique und der Wellnessbereich im August für zwei Wochen geschlossen, um umfangreiche Reinigungs- und Wartungsarbeiten durchzuführen.

In diesem Jahr sind die Bereiche von **Samstag, dem 10. August, bis Montag, dem 26. August**, nicht zugänglich.

Die Kletterwand ist von Montag, dem **12. August, bis Montag, dem 26. August**, geschlossen.

Das gesamte Coque-Gebäude wird am **Montag, dem 26. August**, geschlossen sein.

**Wir danken unseren Kunden für Ihr Verständnis.**

Comme chaque année, le Centre Aquatique et le Centre de Détente sont fermés pendant deux semaines au mois d'août afin de procéder à d'importants travaux de nettoyage et d'entretien.

Cette année les espaces seront inaccessibles du samedi 10 août au lundi 26 août.

Le mur d'escalade sera fermé du lundi 12 août au lundi 26 août.

L'ensemble du bâtiment Coque sera fermé le lundi 26 août.

Nous remercions nos clients pour leur compréhension.

# PARTNER VUM SPORT



**Die besten Partnerschaften entstehen aus einem gemeinsamen Verständnis für Spitzenleistung.**

Vom Fußball über Tennis und Tischtennis, Eishockey, Leichtathletik und auch dem beliebten Radsport: Losch Luxembourg ist seit mehreren Jahren enger Partner und Förderer des regionalen und nationalen Sports. Der „Partner vum Sport“ begleitet luxemburgische Spieler, Trainer und Mannschaften jeden Tag mobil. Wir danken der Coque für das langjährige Engagement und die tolle Partnerschaft. [www.losch.lu](http://www.losch.lu)

**48 LOSCH**  
LUXEMBOURG



Garage Losch Bech-Kleinmacher | Garage M. Losch – Bereldange | Garage Marc Winandy – Bettembourg | Garage M. Losch – Bonnevoie | Garage Roby Cruciani – Dudelange | Garage Kraut – Echternach | Garage Martin Losch – Esch-sur-Alzette | Garage M. Losch – Bentley Luxembourg – Gasperich | Garage M. Losch – Lamborghini Luxembourg – Roost | Garage André Losch – Porsche Zenter Létzebuerg – 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

# COQUE PARTNER

(PARTENAIRES COQUE)



Tageblatt  
LUXEMBOURG

DEMYSCHANDELER  
reisen & wohnen



3S-TECH  
SYNTHETIC SPORT SURFACES

Luxair

[LU:NEX] International University of  
Health, Exercise & Sports

CONTEMPLAS  
professional motion analysis software

TECHNOGYM

CHAMBER  
OF COMMERCE  
LUXEMBOURG  
POWERING BUSINESS



## IMPRESSIONUM | INFORMATIONS

Centre National Sportif et Culturel - Coque  
2, rue Léon Hengen | L-1745 Luxembourg

Tél. +352 43 60 60 1 | info@coque.lu  
www.coque.lu

**Koordination** | Coordination:  
Philippe Bretz

**Konzept, Design und Layout:**  
Concept, Design et Mise en page:  
Thibault Jeannin  
Mathieu Magras

**Druck** | Impression:  
Coque

**Fotos** | Photos:  
Coque  
COSL, O.Minaire,  
J. Nollmeyer



