

# LEISTUNGSSPORT

## Ideale Trainingsbedingungen

**Nutzen Sie mit den Sport Packages die optimale Umgebung und die Infrastrukturen der Coque:**

- **Das Sportzentrum** verfügt über modernstes Equipment für Leistungstraining und -steigerung: 12 Hallen für mehr als 25 Indoor-Sportarten, sowie eine Physiotherapie Praxis, mehrere Schulungsräume und ein Hotelkomplex mit allem Komfort.
- **Das Aquatic Centre** mit 7 Becken, darunter ein Trainingsbecken, welches mit FINA zertifiziertem Zeitmesssystem ausgestattet ist, sowie ein 15 Meter tiefes Tauchbecken, ein Becken mit 10 Meter-Sprungturm u.v.m. ...
- **Das Wellness Centre** ist eine Kombination aus Moderne und Harmonie. Sportler können unter anderem in drei verschiedenen Saunas, einer Schneekabine, einem Hammam und einem Tepidarium entspannen oder die Erlebnisduschen, Massagen, die Bar sowie weitere Einrichtungen genießen.

### TRAINING PACKAGE

- Übernachtung im Doppelzimmer mit Vollpension\*
- 4 Stunden Training
- 90 Minuten im Fitnessraum
- Raum mit Massagetisch
- Zweistündige Nutzung eines Tagungsraums
- Eintritt in das Aquatic und Wellness Centre

\* Einzelzimmer (ohne Zuschlag) pro Gruppe mit 10 Teilnehmern / 30 € Zuschlag für jedes weitere Zimmer

Kontakt: [karin.mayer@coque.lu](mailto:karin.mayer@coque.lu)  
+352 43 60 60 946

[marie.muller@coque.lu](mailto:marie.muller@coque.lu)  
+352 43 60 60 947

The logo for Coque, featuring a stylized white wave or swoosh above the word "Coque" in a white, sans-serif font.

# DAS SPORTSZENTRUM

## Großer Indoor Training Complex

### Arena

- 4.300 m<sup>2</sup>
- 8.300 Plätze, davon:
  - 3.000 fixierte Sitze,
  - 2.200 mobile Sitze und
  - 3.100 Stehplätze
- 200 m Leichtathletikbahn mit Steilkurven
- 50 m Leichtathletikbahn
- anpassbare Untergründe
- VIP- und Pressebereiche

### Gymnase

- 1.240 m<sup>2</sup>
- 1.000 fixierte Sitze
- anpassbare Untergründe
- VIP Bereich
- Unterteilbar in 3 Bereiche

### Table tennis room

- 1.400 m<sup>2</sup>
- Unterteilbar in 3 Bereiche

### D'Coque Studio

- Fitnessraum mit modernem Equipment für Cardio- und Krafttraining

### Kampfsporthalle

- 714 m<sup>2</sup>
- Tatamis

### Kletterwand

- 70 m<sup>2</sup> boulder wall
- 690 m<sup>2</sup> Kletterwand
- Höhe: 13,5 m
- 51 Strecken
- über 150 Routen



# HOTEL KOMPLEX

## D'Coque Hotel\*\*\*Superior

- Inmitten des Europaviertels, in der Nähe des Stadtzentrums und des Flughafens liegt das Hotel Coque mit 36 Komfort-Doppelzimmern (TV, Telefon, Badezimmer, Safe, WLAN,...), manche davon ausgestattet für behinderte Personen.

### D'Coque bietet außerdem 2 Restaurants:

- La Coquille, Brasserie:

Mittagstisch an Werktagen: Tagesmenüs oder à la carte.

Abends und am Wochenende: private Feiern, Bankette, ...

- La Perla, mediterrane Küche:

freundlich und gemütlich, italienische und mediterrane Spezialitäten:

Frühstück, Wochenspecials.

### Alle Zimmer verfügen über:

- 2 Betten (210 cm lang)
- Welcome tray (Tee und Kaffee)
- Duschraum
- Telefon
- Plasmafernseher
- Safe
- WLAN
- Toilette

Kontakt: [karin.mayer@coque.lu](mailto:karin.mayer@coque.lu)  
+352 43 60 60 946

[marie.muller@coque.lu](mailto:marie.muller@coque.lu)  
+352 43 60 60 947

