



SPORTS POUR TOUS

PROGRAMME PRINTEMPS-ÉTÉ / SPRING AND SUMMER PROGRAMME 17.04. - 15.07.2023

COURS DE SPORT ET DE REMISE EN FORME POUR JEUNES, ADULTES ET AÎNÉS
SPORTS AND FITNESS CLASSES FOR YOUNG PEOPLE, ADULTS AND SENIORS



ZOOM SUR CERTAINS COURS CLOSER LOOK AT SOME OF THESE ACTIVITIES

Randonnées pédestres pour avancés / Walking tours for experienced hikers

Chaque mardi auront lieu des journées entières de randonnée pédestre dans les différents coins du pays. Ces randonnées pédestres de 4 à 5 heures offrent probablement le meilleur moyen pour découvrir de manière sportive et saine notre joli pays et ses environs. Ces activités sont destinées aux adultes et aux aînés.

All-day hikes are offered across the country every Tuesday. These hiking tours last 4-5 hours and are the best way to discover our beautiful country and its surroundings, while also getting some exercise. This activity is aimed at adults and seniors.

Cours de golf (pour débutants et avancés) / Golf courses (for beginners and experienced players)

Des cours d'initiation et de perfectionnement pour adultes et aînés auront lieu pendant 11 mardis de 10h00 à 16h00 au « Golf & Country Club Christnach ». Les séances seront dirigées par des entraîneurs de golf « pro ». Le matériel sportif sera gratuitement mis à disposition. Les frais de participation aux 11 séances s'élèvent à 286 €.

Golf classes for beginners and advanced players are offered across 11 Tuesdays at the "Golf & Country Club Christnach" between 10:00 and 16:00. These classes are for adults and seniors, and are run by professional golf instructors. Equipment is provided free of charge. It costs €286 to attend all 11 classes.

Golf-Découverte / Golf taster course

Encadrés par des entraîneurs de golf professionnels, les adultes et les aînés pourront tester et pratiquer l'activité du golf pendant 4 jeudis de 17h00 à 19h00 sur le joli parcours du « Luxembourg Golf Center » à Kockelscheuer.

Coached by professional golf instructors, adults and seniors can test their golfing skills across four Thursdays from 17:00 to 19:00 on the beautiful courses of the "Luxembourg Golf Center" in Kockelscheuer.

INTRODUCTION DESCRIPTION

La Ville de Luxembourg propose tout un programme de cours de sport et de remise en forme destinés aux jeunes, adultes et aînés, appelé « Sports pour tous ». Ces cours dirigés par des moniteurs qualifiés du Service Sports sont conçus de manière évolutive afin de tenir compte des aptitudes physiques individuelles des participants. Bouger, se défouler et s'amuser en groupe, voilà les piliers d'une amélioration de la performance physique, du maintien de la condition générale et d'une optimisation du bien-être personnel.

With its Sports pour tous programme, the City of Luxembourg offers over 190 sports and fitness classes per week for young people, adults, and seniors. These classes are run by the qualified instructors of our Service Sports (Sports Department) and are designed to take account of participants' individual physical abilities. Getting active, letting off steam and having fun with others: these are all fundamental to improving physical performance, staying healthy and boosting well-being.



INFOS PRATIQUES / PRACTICAL INFORMATION

- La saison « Sports pour tous » se compose de plusieurs programmes différents: / The "Sports pour tous" encompasses several different programmes:
 - Programme « Automne / Hiver » / "Autumn/Winter programme" (01.10.2022 - 02.04.2023)
 - Programme « Printemps / Été » / "Spring/Summer programme" (17.04.2023 - 15.07.2023)
 - Programme réduit « Vacances scolaires » / Shortened "school break" programme
 - Congé de Pâques / Easter break (03.04. - 16.04.2023)
 - Congé de la Pentecôte / Pentecost break (29.05. - 04.06.2023)
 - Programme spécial « Vacances d'été 2023 » / Special "Summer break 2023" programme (16.07.2023 - 30.09.2023)
 - Pas de cours les jours fériés. / No classes on public holidays.
- L'inscription auprès du Service Sports est obligatoire pour tous les cours. Des contrôles inopinés auront lieu tout au long de la saison. / You must sign up for all classes with our Service Sports. Random checks will be conducted throughout the season.
- Les frais de participation aux différents cours organisés par le Service Sports ont été arrêtés par le Conseil communal et sont inscrits au règlement-taxe de la Ville. (cf. règlement communal - tarifs). / The fees for participating in the courses have been set by the municipal council and are provided in the City of Luxembourg's Tax Regulations (see Règlement communal - tarifs).
- Malgré la persistance de la pandémie du coronavirus, la Ville de Luxembourg a décidé de proposer un programme « Sports pour tous » à destination d'un large public. La protection de la santé de chaque participant et de chaque membre du personnel constitue cependant une priorité absolue de la Ville. Suivant l'évolution de la pandémie dans les mois à venir, les décisions gouvernementales pourraient entraîner des changements dans l'animation et l'organisation du programme « Sports pour tous 2022-2023 », tels que l'introduction de mesures sanitaires à appliquer durant les cours et/ou l'adaptation, la limitation voire la suppression de certaines activités. Toute personne présentant des symptômes d'infection au Covid-19 est tenue de rester respectivement de rentrer immédiatement chez elle. Malgré toutes les mesures et précautions prises afin d'éviter la propagation du coronavirus, le risque d'infection ne saurait être exclu pendant une activité « Sports pour tous », de sorte que chacun participe aux activités à ses propres risques et périls. Aucune responsabilité ne pourrait incomber de ce fait à la Ville. Le participant déclare renoncer de ce chef à tous recours et actions à l'égard de la Ville de Luxembourg et de tout autre acteur impliqué dans l'organisation des activités. La Ville fait appel à la solidarité et responsabilité individuelle de tous les participants et de toutes les personnes impliquées dans l'organisation des cours pour éviter la propagation du coronavirus dans le cadre des activités « Sports pour tous ». / Although the coronavirus pandemic is ongoing, the City of Luxembourg has decided to offer a "Sports pour tous" programme for the general public. However, protecting the health of every participant and staff member is the City's top priority. Depending on how the situation develops in the coming months, government decisions may require us to make changes to the activities and organisation of the "Sports pour tous" programme. These changes may include the introduction of public health measures that must be followed during classes, and/or adjustments, restrictions or even the cancellation of certain activities. Anyone experiencing any COVID-19 symptoms is asked to stay home or go home immediately. Despite all the measures and precautions taken and all recommendations implemented in order to prevent the spread of COVID-19, the risk of infection during a "Sports pour tous" class cannot be ruled out, so participants are taking part in activities at their own risk. The City cannot assume any liability in this regard. Participants therefore expressly agree to refrain from bringing any legal suit or action against the City of Luxembourg or against any other party involved in organising said classes. As such, the City asks that all participants and class organisers act responsibly and in the collective interest to prevent the spread of COVID-19 during "Sports pour tous" classes.

- L'inscription « passe-partout » (« -adultes » resp. « -aînés ») donne accès à tous les cours (du programme « adultes » resp. « aînés ») pendant une saison; avec l'inscription explicite obligatoire pour les cours à participants limités. / The season pass (for adults or seniors) provides access to all courses (in the programme for adults or seniors) for a given season. Registration is required, however, for courses that have a limited number of places available.
- Le changement de cours pendant la saison est possible dans la mesure des disponibilités. L'annulation d'une inscription pour un cours est également possible, mais le remboursement des frais ne peut être accordé que sur présentation d'un certificat médical attestant une incapacité à participer aux cours et se fera au prorata des mois courus depuis le début de la saison. Pour effectuer des changements ou annulations de cours, les clients sont priés d'en informer le Service Sports par écrit (sports@vdl.lu ou 90, boulevard de Kockelscheuer L-1821 Luxembourg). / You may be able to change classes during the season depending on availability. It is also possible for you to cancel your registration for a class. However, the fee paid for this class will only be refunded if you present a medical certificate attesting to your inability to participate in the classes, and you will be charged for the number of months elapsed since the start of the season. To change or cancel a class, please notify the Service Sports in writing (sports@vdl.lu or 90, boulevard de Kockelscheuer L-1821 Luxembourg).
- Chacun participe sous sa propre responsabilité. / Participation is at your own risk.
- Une tenue sportive adaptée est exigée. Les participants sont priés d'être ponctuels et de se changer dans les vestiaires. / Appropriate sports attire is required. Participants are asked to be on time and to change in the locker rooms.
- Afin de pouvoir participer aux activités aquatiques organisées dans les piscines publiques et les différents bassins d'apprentissage de la Ville, les participants doivent se munir d'un billet d'entrée à l'entrée de la piscine (de Bonnevoie ou à la Badanstalt) ou au « Bierger-Center » pour lequel le tarif ordinaire des bains municipaux est applicable. / To be able to take part in the water activities organised at Luxembourg City's municipal pools, participants must purchase an entry ticket at the pool entrance (Bonnevoie or Badanstalt), or at the Bierger-Center. The ordinary rate for municipal pools applies.
- Pour plus d'informations concernant les cours ou/et les modalités d'inscription, veuillez consulter le site www.vdl.lu ou vous adresser directement au Service Sports (tél.: 4796-4414 ou 4796-4415). / For more information about the classes and/or how to sign up, please go to www.vdl.lu/en or contact the Service Sports directly (tel.: 4796-4414 or 4796-4415).

RÈGLEMENT COMMUNAL – TARIFS / MUNICIPAL REGULATION – FEES

Article 1 : Éducation physique pour jeunes (de 12 à 16 ans) / Article 1: Physical education for young people (ages 12 to 16)
La participation aux cours du programme « jeunes » est gratuite pour les jeunes. L'inscription, accompagnée d'une autorisation parentale, est de rigueur. / Participation in youth classes is free. Registration, along with parental consent, is required.

Article 2 : Éducation physique pour adultes (à partir de 16 ans) / Article 2: Physical education for adults (ages 16+)
Les tarifs pour les cours du programme « adultes » sont fixés comme suit: / Prices for adult classes are as follows:

- | | |
|--|---------|
| 1. pour les habitants de la Ville de Luxembourg / Residents of Luxembourg City | |
| - par cours et par saison / per course per season | €30.00 |
| - passe-partout -adultes / adult season pass | €110.00 |
| 2. pour les habitants des autres communes / Residents of other municipalities | |
| - par cours et par saison / per course per season | €60.00 |
| - passe-partout -adultes / adult season pass | €220.00 |

Le « passe-partout-adultes » donne accès à tous les cours du programme « adultes » pendant une saison, à l'exception des cours déterminés spécialement qui ne peuvent accueillir qu'un nombre limité de participants et où l'inscription par cours est de rigueur. / The adult season pass grants holders access to all classes in the adult sports programme for an entire season, with the exception of classes that can only accept a limited number of people and for which participants must specifically sign up.

Article 3 Éducation physique pour aînés (à partir de 55 ans) / Article 3: Sports for seniors (ages 55+)
Un cours par saison du programme « aînés » est gratuit pour tous les aînés et chaque cours supplémentaire est facturé comme suit: / Seniors can attend one class per season from the seniors programme for free, with each additional class charged as follows:

- | | |
|---|---------|
| 1. pour les habitants de la Ville de Luxembourg / Residents of the City of Luxembourg | |
| - par cours et par saison / per course per season | €30.00 |
| - passe-partout -aînés / Senior season pass | €110.00 |

- | | |
|---|---------|
| 2. pour les habitants des autres communes / Residents of other municipalities | |
| - par cours et par saison / per course per season | €60.00 |
| - passe-partout -aînés / Senior season pass | €220.00 |

Le « passe-partout-aînés » donne accès à tous les cours du programme « aînés » pendant une saison, à l'exception des cours déterminés spécialement qui ne peuvent accueillir qu'un nombre limité de participants et où l'inscription par cours est de rigueur. / The senior season pass grants holders access to all classes in the seniors programme for an entire season, with the exception of classes that can only accept a limited number of people and for which participants must specifically sign up.

Les aînés sont autorisés à participer aux cours du programme « adultes » à condition de payer les tarifs fixés à l'article 2. / Seniors may attend classes in the adult sports programme provided they pay the fees set out under Article 2.

Article 4 : Remboursement / Article 4: Refunds
Leremboursementdesdroitsd'inscriptionestpossiblequesurprésentationd'uncertificatmoiscoural attestantuneincapacitéàparticiperauxcours.Leremboursementsefaitauproratadesmois courus, lecalculayantlieuparmoisentamé.Laisaïsoncommencele1^{er}octobreetfinitle15juilletdel'année suivante./Registrationfees can only be refunded upon presentation of a doctor's note confirming your inability to attend classes. Fees will be refunded on a monthly basis; partial months cannot be refunded. The season begins on 1 October and ends on 15 July of the following year.

Article 5 – Changement de cours / Article 5: Switching courses
Le changement de cours pendant la saison est possible dans la mesure des disponibilités des différents cours. / It may be possible to switch courses during the season, subject to availability.

