LE GUIDE DU SPORT DE LA VILLE DE LUXEMBOURG 2021/2022

DER SPORTFÜHRER DER STADT LUXEMBURG

Sports pour tous / S.d.S. Sport-Wochen / Événements sportifs - Sportveranstaltungen / Infrastructures sportives - Sportinfrastrukturen / Relevé des adresses des clubs et associations sportives - Adressenübersicht der Sportklubs und Vereine

multiplicity

VILLE DE LUXEMBOURG

www.vdl.lu

PRÉFACE / VORWORT

1

PROGRAMME « SPORTS POUR TOUS » / 5
„SPORTS POUR TOUS" PROGRAMM 2021-2022

- **1.1. JEUNES (12-16 ANS) /** JUGENDLICHE (12-16 JAHRE) 7
- **1.2. SPORTS POUR TOUS – ADULTES (À PARTIR DE 16 ANS) /** 13
  ERWACHSENE (AB 16 JAHREN)
  - a **Activités sportives en salle /** ***Sportaktivitäten in der Halle*** 13
  - b **Activités aquatiques /** ***Wassersportaktivitäten*** 19
  - c **Activités en plein air /** ***Sportaktivitäten im Freien*** 21
- **1.3. SPORTS POUR TOUS – AÎNÉS (À PARTIR DE 55 ANS) /** 26
  SENIOREN (AB 55 JAHREN)
  - a **Activités sportives en salle /** ***Sportaktivitäten in der Halle*** 26
  - b **Activités aquatiques /** ***Wassersportaktivitäten*** 29
  - c **Activités en plein air /** ***Sportaktivitäten im Freien*** 30
- **1.4. RÈGLEMENT COMMUNAL ET TARIFS /** 34
  GEMEINDEVERORDNUNG UND TARIFE
- **1.5. MESURES SANITAIRES DANS LA CADRE DE LA LUTTE CONTRE LE COVID-19 /** 36
  GESUNDHEITSMASSNAHMEN IM RAHMEN DER BEKÄMPFUNG DES COVID-19
- **1.6. PROGRAMME VACANCES SCOLAIRES ET VACANCES D'ÉTÉ /** 38
  SCHULFERIEN- UND SOMMERFERIENPROGRAMM

2

S.d.S. SPORT-WOCHEN 39

- **2.1. JEUNES (11-17 ANS) /** JUGENDLICHE (11-17 JAHRE) 40
- **2.2. AÎNÉS /** SENIOREN - ACTIFS 55+ 42

3

KINNEKWISS : SPORT ET DÉTENTE AU CŒUR DE LA VILLE / 43
KINNEKSWISS: SPORT UND ENTSPANNUNG IM STADTZENTRUM

4 **ÉVÉNEMENTS SPORTIFS /** SPORTVERANSTALTUNGEN 45

5 **PLAN /** LAGEPLAN 49

6 **INFRASTRUCTURES SPORTIVES /** SPORTINFRASTRUKTUREN 53

- **6.1. HALLS SPORTIFS ET OMNISPORTS, SALLES DE GYMNASTIQUE /** SPORTHALLEN UND SPORTSÄLE 55
- **6.2. PISCINES ET BASSINS D'APPRENTISSAGE /** SCHWIMMBÄDER UND LERNSCHWIMMBECKEN 57
- **6.3. TERRAINS DE FOOTBALL /** FUSSBALLFELDER 60
- **6.4. TERRAINS DE TENNIS /** TENNISPLÄTZE 62
- **6.5. TERRAINS MULTISPORTS /** SPORTPLÄTZE FÜR UNTERSCHIEDLICHE SPORTARTEN 62
- **6.6. CENTRES SPORTIFS ET DE LOISIRS, ET AUTRES INSTALLATIONS SPORTIVES /** SPORT- UND FREIZEITZENTREN, UND ANDERE SPORTINFRASTRUKTUREN 63
- **6.7. PARCOURS FITNESS, PROMENADES, PISTES CYCLABLES /** FITNESSPARCOURS, WANDER- UND FAHRRADWEGE 66

7 **RELEVÉ DES ADRESSES DES CLUBS ET ASSOCIATIONS SPORTIVES /** 69
ADRESSENÜBERSICHT DER SPORTKLUBS UND VEREINE

PRÉFACE / VORWORT

La Ville de Luxembourg est fière de pouvoir vous annoncer son programme sportif pour l'année 2021/2022 sous forme du nouveau GUIDE DU SPORT qui vous permet de connaître l'offre sportive complète de la Ville.
Cours de la Ville, clubs sportifs, salles de sports, terrains de tennis et de pétanque, promenades, pistes cyclables, piscines, voire toutes les infrastructures liées au sport sont reprises dans ce livret.

Le programme «Sports pour tous» spécialement agencé en sorte de répondre aux goûts les plus divers permet aux jeunes, adultes, seniors et personnes à besoins spécifiques de choisir parmi toute une palette colorée de cours les activités physiques et sportives qui leur plaisent le plus.

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 par le biais du sport.

Die Stadt Luxemburg ist stolz Ihnen das Sportprogramm für die Saison 2021/2022 in Form eines neuen GUIDE DU SPORT vorzustellen der es Ihnen ermöglicht das gesamte Sportangebot der Stadt zu entdecken.
Sportkurse, Vereine, Sporthallen, Tennis- und Boule-Pétanque-Felder, Spazier- und Fahrradwege, Schwimmbäder: Alle Sport-infrastrukturen werden in diesem Heft zusammengefasst.

Das „Sports pour tous" Programm wurde so aufgestellt, dass für jeden etwas dabei ist. Jugendliche, Erwachsene, Senioren und Menschen mit spezifischen Bedürfnissen können sich innerhalb eines sehr vielseitigen Angebots die Kurse aussuchen die ihnen am besten gefallen.

Sich bewegen, sich austoben und in der Gruppe amüsieren; das sind die drei Grundsätze einer Verbesserung der körperlichen Leistung, des Erhaltes einer guten Gesamtkondition und der Optimisierung des eigenen Wohlfühlgefühls durch den Sport.

Lydie Polfer – Bourgmestre / Bürgermeister

Simone Beissel – Échevin des sports / Sportschöffin

1

PROGRAMME « SPORTS POUR TOUS »
„SPORTS POUR TOUS" PROGRAMM
2021-2022

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.

L'inscription auprès du Service Sports est obligatoire. Toute personne participe à ses propres risques (cf. règlement communal / tarifs p. 34). La participation aux cours est gratuite pour les jeunes. Un cours par saison du programme « aînés » est offert gratuitement aux personnes de 55 ans et plus.

La saison démarrera en octobre avec son programme « Sports pour tous - Automne / Hiver ». Ce programme sera étoffé avec de nouvelles activités sportives en plein air à partir du mois d'avril, et nommé programme « Sports pour tous - Printemps / Été ».

Pendant les vacances scolaires de la Toussaint, de Carnaval et de Pâques, un « Programme réduit - Vacances scolaires » sera proposé. À partir du mois de juillet, jusqu'à la fin du mois de septembre, un « Programme spécial - Vacances d'été » permettra aux intéressés de se maintenir en forme durant les mois d'été. Il n'y aura pas de cours les jours fériés.

Die Stadt Luxemburg bietet ein vielseitiges Programm von Sport- und Fitnesskursen für Jugendliche, Erwachsene und Senioren an. Diese Kurse werden von qualifizierten Sportbetreuern der Stadt abgehalten und den individuellen Fähigkeiten der Teilnehmer angepasst.

Das Anmelden beim Service Sports ist Vorschrift. Jede Person nimmt auf eigene Gefahr an den Kursen teil. (Gemeindereglement / Tarife S. 35). Die Teilnahme an den Kursen ist gratis für Jugendliche. Ein Kurs pro Saison aus dem „Seniorenprogramm" wird den Teilnehmern ab 55 Jahren gratis angeboten.

Die Saison startet im Oktober mit dem „Herbst- / Winterprogramm". Dieses Programm wird ab April mit neuen „Sport im Freien" Aktivitäten aufgebessert und „Frühlings- / Sommerprogramm" genannt.

Während den Allerheiligen-, Karneval- und Osterferien wird ein „Reduziertes Schulferienprogramm" angeboten. Mitte Juli erscheint dann das „Spezielle Sommerprogramm", welches es den Interessierten ermöglicht sich über den Sommer hinweg bis Ende September fit zu halten. An Feiertagen finden keine Kurse statt.

1.1

JEUNES (12-16 ANS) / JUGENDLICHE (12-16 JAHRE)

Le Service Sports offre aux jeunes âgés de 12 à 16 ans (sauf exceptions pour certains cours) la possibilité de découvrir et pratiquer une multitude d'activités sportives différentes en salle et en plein air. Les jeunes sont encadrés par des entraîneurs spécialisés et des moniteurs sportifs du Service Sports. La participation aux cours est gratuite. Une inscription est cependant requise.

Das Service Sports bietet den Jugendlichen zwischen 12 und 16 Jahren (mit Ausnahme verschiedener Kurse) die Möglichkeit eine Vielzahl von Sportaktivtäten in der Halle und im Freien auszuüben. Die Jugendlichen werden von ausgebildeten Trainern und Betreuern des Sportamtes unterrichtet. Die Teilnahme an den Kursen ist gebührenfrei, das Anmelden jedoch Pflicht.

Activités sportives proposées lors de cette saison : / *Sportangebot für die laufende Saison:*

- **Break-Dance** (à partir de 7 ans / *ab 7 Jahren*)
- **Fitness Fiesta**
- **Zumba®** (à partir de 7 ans / *ab 7 Jahren*)
- **Fitness Gym /** ***Fitness Gymnastik***
- **Power Fitness**
- **Gym Détente /** ***Entspannungsgymnastik***
- **Gym pour tous /** ***Gymnastik für alle***
- **École de vélo /** ***Fahrradschule****
  (4 à 8 ans / *4 bis 8 Jahre*)
  (Vélo-Club "La Pédale" Mühlenbach)
- **École de patinage /** ***Eislaufschule***
  (à partir de 4 ans / *ab 4 Jahren*)
  (Patinoire Kockelscheuer)
- **Curling*** (Curling Club Luxembourg)
- **Jogging**
- **Football /** ***Fussball***
- **Futsal /** ***Hallenfussball***
- **Volleyball Loisir*** (Volley-Club Belair)
- **Badminton Loisir***
  (Badminton Club Européen)
- **Tennis de table Loisir /** ***Tischtennis****
  (Dësch Tennis Union Lëtzebuerg /
  Dësch Tennis Amicale Cessange)
- **Multisports Loisir /** ***Multiple Freizeit-Sportaktivitäten*** (à partir de 8 ans / *ab 8 Jahren*)
- **Musculation sur machines /** ***Muskeltraining an Geräten***
- **Aïkido*** (à partir de 6 ans / *ab 6 Jahren*)
  (Aïkido Club Luxembourg)
- **Skateboard** (8 à 16 ans / *8 bis 16 Jahre*)
- **Beach-Volley**
- **Triathlon*** (Triathlon Luxembourg)
- **Billard Carambole / Pétanque*** (Académie de Billard Luxembourg)
- **Jeu d'échecs /** ***Schachspiel*** (à partir de 6 ans / *ab 6 Jahren*)* (Cercle d'échecs « Gambit » Luxembourg-Bonnevoie)
- **Tir à l'arc /** ***Bogenschiessen****
  (à partir de 14 ans / *ab 14 Jahren*)
  (Société de tir à l'arc « Flèche d'or »)
- **Multi-Handi-Sports**
- **Movin' Kids** (8-12 ans / *Jahre*)

(*Activités en collaboration avec un club sportif ou une association de la Ville / *Sportarten in Zusammenarbeit mit einem Sportverein oder einer Vereinigung der Stadt).*

Zumba® Kids (7-11 ans / *Jahre*)

Les enfants auront la possibilité de danser, rêver, se défouler et prendre leur santé en main sans se prendre la tête. Ils peuvent être eux-mêmes et se lâcher complètement ! Les nouveaux sons et expériences qui leur sont proposés répondront pleinement à leur insatiable curiosité et leur énergie débordante. Ils rejoindront une activité ludique, bougeront en rythme sur des musiques qui leur plaisent et pourront s'amuser en groupe.

Die Kinder erhalten die Möglichkeit zu tanzen, träumen, sich auszutoben und ihre Gesundheit ohne grosses Kopfzerbrechen zu fördern. Die neuen Töne und Erfahrungen die ihnen geboten werden entsprechen ihrer unstillbaren Neugierigkeit und überlaufenden Energie. Sie werden an einer Gruppenaktivität teilnehmen, sich zur passender angesagter Musik bewegen und sich in der Gruppe amüsieren.

Zumba® Fitness (12-16 ans / *Jahre*)

Les cours de Zumba sont basés sur des mouvements à base d'aérobic spécialement chorégraphiés et animés à l'aide de musiques récentes que les jeunes adorent, comme le hip-hop, le reggaeton et la cumbia. Cette activité ludique augmente la concentration et la confiance en soi, stimule le métabolisme et améliore la coordination des jeunes. Amusement et défoulement garantis.

Die Zumba-Kurse beruhen auf speziell choreographierten Aerobicbewegungen die auf für Jugendliche angesagter Musik ausgeführt werden wie zum Beispiel Hip-Hop, Reggaeton und Cumbia. Diese spielerische Aktivität steigert die Konzentration und das Sebstvertrauen, stimuliert den Metabolismus und verbessert die Koordination der Jugendlichen. Spass und Austoben garantiert.

Break-Dance (7-11 & 12-18 ans / *Jahre*)

Le Break-Dance est un terme pour désigner un style de danse à New York dans les années 1970 qui se caractérise par son aspect acrobatique, ses figures et ses enchaînements au sol.

Break-Dance ist die Bezeichnung für einen Tanzstil aus New York aus den 70 Jahren, der sich durch seine Akrobatien, Figuren und Bewegungsabläufe auf dem Boden charakterisiert.

Skateboard

Cours de skateboard pour les jeunes de 8 à 16 ans au Skate Park à Hollerich. Encadrés par des moniteurs spécialisés, ils pourront découvrir et pratiquer le skateboard dans un cadre sportif adapté.
Skateboard-Kurs für Jugendliche von 8 bis 16 Jahren im Skate Park Hollerich. Unter der Anleitung spezialisierter Betreuer, können sie so das Skateboarden in einem sportlich angepassten Umfeld erlernen und ausüben.

École de vélo / *Fahrradschule*

L'école de vélo, organisée ensemble avec le Vélo-Club "La Pédale" Mühlenbach, s'adresse aux enfants de 4 à 8 ans qui souhaitent découvrir le vélo et apprendre les techniques de base du vélo en toute sécurité. Le cours a lieu le mardi après-midi de 16h00 à 18h00 au Bike Park Boy Konen à Cessange. Les enfants sont priés d'amener leur propre vélo, casque et gants. Mais, au début des cours, en fonction des disponibilités, le matériel peut exceptionnellement être mis à disposition des participants.
Die mit dem städtischen Fahrradverein Vélo-Club "La Pédale" Mühlenbach zusammen organisierte Fahrradschule richtet sich an Kinder von 4-8 Jahren die das Fahrradfahren kennen und die Grundtechniken des sicheren Fahrradfahrens erlernen wollen. Dieser Kurs findet jeden Dienstag Nachmittag von 16h00 bis 18h00 im Bike Park Boy Konen in Cessange statt. Die Kinder sollten ihr eigenes Fahrrad, Helm und Handschuhe mitbringen. Je nach verfügbaren Mitteln, kann den Kindern am Anfang des Kurses das Material auch geliehen werden.

BMX

Cours de BMX pour jeunes de 12 à 26 ans tous les samedis de 11h00 à 13h00 sur la piste de BMX au Skate Park à Hollerich (rue de l'Abattoir). L'encadrement est assuré par un entraîneur expérimenté. Besoin d'un « BMX » ou « Dirtbike ». Le port du casque et de protecteurs est obligatoire (possibilité d'emprunt gratuit sur place lors des cours).

Jeden Samstag von 11h00 - 13h00 finden BMX-Kurse für Jugendliche von 12 bis 26 Jahren auf der Outdoor BMX-Piste im Skate Park in Hollerich (rue de l'Abattoir) statt. Diese Kurse werden von einem erfahrenen Trainer geleitet. Ein „BMX" oder „Dirtbike" ist erforderlich. Das Tragen von Helm und Protektoren ist obligatorisch (können gratis ausgeliehen werden während den Trainingsstunden).

Contact : */ Kontakt:* Service Jeunesse
T 4796-4279 / dschintgen@vdl.lu.

Movin' Kids (Cours pour enfants avec problèmes de poids / *Kurs für Kinder mit Gewichtsproblemen)*

En 2010, le Service médical des écoles en collaboration avec le Service Sports de la Ville de Luxembourg a créé un groupe d'activité physique pour enfants de 8 à 12 ans présentant un problème de poids. L'objectif est de redonner aux enfants le goût de bouger et un sentiment de réussite sans aspect compétitif. Les activités sportives sont organisées à l'extérieur comme à l'intérieur de la salle de gym, elles sont de nature multi-sports et gymnastique, et de plus la natation est proposée en alternance. De plus sont organisés des ateliers spécifiques portant sur les habitudes alimentaires et l'estime de soi, ainsi qu'un suivi diététique. Le recrutement se fait par dépistage des enfants lors de leur contrôle médical dans le cadre de la médecine scolaire. Une inscription suite à l'initiative des parents est également possible après contrôle du dossier de la part de l'équipe médicale. La participation aux activités «Movin' Kids» est gratuite.

Im Jahr 2010 hat der Service médical des écoles in Zusammenarbeit mit dem Service Sports der Stadt Luxemburg einen Kurs für Kinder von 8-12 Jahren mit Gewichtsproblemen ins Leben gerufen. Ziel dieses Kurses ist es den Kindern Spass an der Bewegung sowie Erfolgserlebnisse ohne kompetitiven Aspekt zu vermitteln. Die unterschiedlichen Sportaktivitäten wie Multisports, Turnen und Schwimmen finden abwechselnd in der Halle, draussen beziehungsweise im Schwimmbad statt. Zudem werden auch Themen wie eine ausgewogene Ernährung und ein gesundes Selbstwertgefühl in Gruppensitzungen angesprochen, sowie eine Ernährungsberatung angeboten. Die meisten Kinder werden im Rahmen ihrer Kontrolluntersuchung beim Schularzt auf dieses Angebot hingewiesen. Eine Einschreibung der Kinder auf den Wunsch der Eltern hin ist aber auch möglich nach Untersuchung der Akte durch den Service médical des écoles. Die Teilnahme an den „Movin'Kids"-Aktivitäten ist kostenlos.

Contact: / *Kontakt:*
Service médical des écoles (cremesch@vdl.lu / T 4796-2505)
Service Sports (mklein@vdl.lu / T 4796-4401)

Multi- Handi- Sports

Cette activité s'adresse aux personnes avec ou sans besoin spécifique. À l'aide de nombreux sports et jeux ludiques, les intéressés ont la possibilité de découvrir et tester une multitude d'activités sportives adaptées aux personnes avec besoins spécifiques.

Dieser Kurs richtet sich an Sportbegeisterte mit und ohne spezifischem Bedürfnis. Alle Interessierten haben die Möglichkeit eine Vielzahl von für Leute mit spezifischen Bedürfnissen angepassten Sportaktivitäten zu entdecken und zu testen.

Contact : */ Kontakt:* **T** 4796-4401 / mklein@vdl.lu

École de patinage / *Eislaufschule*

L'école de patinage en collaboration avec la patinoire Kockelscheuer permet aux enfants de 4-11 ans resp. aux jeunes de 12-16 ans de faire leur premier pas sur la glace sans peur et d'apprendre les techniques de base du patinage (démarrer, glisser, virer, freiner, tomber...) durant quatre cours d'une heure. Possibilité pour les parents d'y participer ensemble avec leurs enfants.

Die Eislaufschule in Zusammenarbeit mit der Eishalle Kockelscheuer richtet sich an Kinder von 4 bis 11 Jahren beziehungsweise Jugendliche von 12-16 Jahren die unter Anleitung erfahrener Lehrer ihre ersten Schritte auf dem Eis machen wollen et so ohne Angst die Grundtechniken des Eislaufens (losfahren, bremsen, rutschen, lenken, fallen...) während den 4 einstündigen Kursen erlernen wollen. Die Eltern können zusammen mit ihren Kindern an diesen Eislaufkursen teilnehmen wenn sie es möchten.

1.2 SPORTS POUR TOUS - ADULTES (À PARTIR DE 16 ANS) / ERWACHSENE (AB 16 JAHREN)

a Activités sportives en salle / *Sportaktivitäten in der Halle*

L'offre sportive pour les adultes prévoit plus de 80 cours qui ont lieu dans les halls omnisports et salles de gymnastique de la Ville. Les cours sont conçus de manière évolutive afin de tenir compte des aptitudes physiques individuelles des participants. Les cours sont dirigés par des moniteurs sportifs spécialement formés.

Das Sport-Angebot der Stadt Luxemburg bietet den Erwachsenen die Möglichkeit an mehr als 80 Kursen in den Sporthallen und Gymnastiksälen der Stadt teilzunehmen. Die Kurse tragen der körperlichen Verfassung der Teilnehmer Rechnung und sind aufbauend gestaltet. Sie werden von speziell ausgebildeten Sportbetreuern geleitet.

Descriptif des cours / *Erläuterungen zu den Kursen*

Fitness Gym / *Fitness Gymnastik*
Entraînement de la condition physique et renforcement musculaire par une gymnastique sur musique, sans intensités aiguës en alternant efforts et pauses actives.
Verbesserung der körperlichen Ausdauer und Förderung des Muskelaufbaus durch Gymnastikübungen auf Musik, ohne Intensivbelastung durch den Wechsel von Belastung und aktiven Pausen.

Power Fitness
Cours de Fitness Gym à intensité élevée, visant le renforcement musculaire et l'amélioration de la condition physique générale.
„Fitness Gym", nur mit einer höheren Intensität um den Muskelaufbau und die allgemeine Kondition zu trainieren.

Cross Fitness
Entraînement court, intensif et efficient du corps global en combinant des exercices de force athlétique, de musculation, de gymnastique et d'endurance.
Kurzes, intensives und effizientes Workout für den gesamten Körper durch die Mischung von Athletik-Training, Muskelaufbau, sowie Turn- und Ausdauerübungen.

Fitness Fiesta
Mélange de danses latines, de fitness et d'aérobic accessible à tous quel que soit le niveau. Cours permettant de s'exprimer par la danse, de se défouler et d'évacuer le stress et les tensions du quotidien.
Mix aus lateinischen Fitness und Aerobic-Tänzen die jedem zugänglich sind, unabhängig vom Leistungsniveau. Dieser Kurs ermöglicht es den Teilnehmern sich durchs Tanzen mitzuteilen, sich zu verausgaben und dem Stress und den alltäglichen Sorgen so zu entfliehen.

Fitness Step
Entraînement de l'endurance cardio-vasculaire à l'aide de « Steps », plates-formes ajustables en hauteur et sur musique.
Training der Ausdauer von Herz, Lungen und Kreislauf mit Hilfe von „Steps", höhenverstellbaren Stützen. Bewegungsabläufe auf Musik für jeden zugänglich.

Fitness Ski / Gym
Mise en forme générale et préparation spécifique à la pratique des disciplines de sport d'hiver. Réduction des risques de blessure par la pratique de nombreux exercices de coordination, d'étirement et d'assouplissement jusqu'au mois de mars. Par après le cours consiste en un entraînement « Fitness Gym ».
Allgemeines und spezifisches Ausdauertraining als Vorbereitung auf den Wintersport. Verminderung des Verletzungsrisikos durch spezielle Koordinations-, Stretching- und Dehnübungen bis zum Monat März, anschließend erfolgt ein allgemeines „Fitness Gym" Training.

Body Shape
Exercices de gymnastique sur musique, le tonus du corps entier est entraîné.
Training des gesamten Körpers durch Gymnastikübungen auf Musik.

Power Body Shape
Cours de « Body Shape » plus intense, entraînement du corps tout entier.
„Body Shape"-Kursus, mit höherer Intensität, Training des gesamten Körpers.

Stretching
Complément utile à toutes les activités physiques et sportives garantissant une amélioration sans risque de la souplesse tout en réactivant le tonus musculaire.
Wichtige Ergänzung zur körperlichen und sportlichen Betätigung. Es erlaubt eine gefahrlose Steigerung der Beweglichkeit bei gleichzeitiger Muskelanspannung.

Gym Abdominaux – Dos /
Bauch- und Rückengymnastik
Cours d'éducation physique visant l'entraînement spécifique des muscles abdominaux et dorsaux.
Sportkursus mit spezifischem Training der Bauch- und Rückenmuskeln.

Gym Entretien /
„Bleiben Sie in Form" Gymnastik
Entretien de la forme physique par le moyen d'un entraînement musculaire régulier à faible intensité cardio-vasculaire et des exercices de souplesse.
Aufrechterhaltung von Leistungsfähigkeit und Ausdauer durch regelmäßiges Muskeltraining bei geringer Belastung von Herz-, Lungen- und Kreislauf durch Stretch- und Beweglichkeitsübungen.

Gym Préventive / ***Präventiv Gymnastik***
Maintien de la santé et meilleure prise de conscience du corps. Apprentissage des gestes corrects de la vie quotidienne comme p. ex. : s'asseoir de façon à respecter le corps, lever sans lésions des objets lourds ou courir correctement.
Erhaltung der Gesundheit und Förderung eines besseren Körperbewusstseins. Erlernen der richtigen Gesten und Bewegungsabläufe für den Alltag, wie z.B: richtiges Setzen, Heben von Lasten oder richtiges Laufen.

Midi Gym /
Gymnastik in der Mittagspause
Cours de 45 minutes comprenant surtout des exercices de gymnastique et d'assouplissement.
Gymnastik- und Stretchübungen sind das Kernstück dieses 45-minütigen Kurses, und sind auf die Mittagspause abgestimmt.

Gym Détente / ***Entspannungsgymnastik***
Exercices physiques sur musique visant la détente par l'application du principe tension - détente. Cours visant les personnes cherchant la détente musculaire afin d'augmenter leur bien-être.
Übungen auf Musik zur allgemeinen Entspannung nach dem Prinzip anspannen – entspannen. Der Kurs richtet sich insbesondere an diejenigen, die ihre Muskeln entspannen wollen und so ihr Wohlbefinden steigern möchten.

Gym Dames / ***Frauengymnastik***
Cours réservé aux femmes axé sur des exercices de gymnastique adaptés au corps féminin.
Dieser den Frauen vorbehaltener Kurs umfasst spezifische Gymnastikübungen für den weiblichen Körper.

Musculation sur machines /
Muskeltraining an Geräten
Possibilité d'un renforcement musculaire précis et individuel. Les exercices sont pratiqués sur des machines et ont lieu sous la surveillance de moniteurs qualifiés.
Möglichkeit einen präzisen und individuellen Muskelaufbau zu betreiben. Übungen auf Muskulationsgeräten und von qualifizierten Betreuern überwacht.

Multisports loisir /
Multiple Freizeit-Sportaktivitäten
Mise en condition et entretien de la forme par la pratique de différentes activités sportives.
Aufbau und Training der körperlichen Verfassung durch verschiedene Sportaktivitäten.

Taijiquan
L'art subtil de l'équilibre. Des mouvements fluides et harmonieux, la respiration et la concentration sont mis au diapason pour produire une paix intérieure et une profonde relaxation.
Die sanfte Kunst des Gleichgewichts. Harmonisch fliessende Bewegungsabfolgen, vertiefte Atmung und Gedankenführung werden in Einklang gebracht und bewirken innere Ruhe und Gelassenheit.

Qi Gong
Techniques de mouvement et de concentration pour décupler énergie vitale et bien-être. Des exercices de respiration et la prise de conscience du corps produisent une meilleure interaction entre l'être intérieur et son environnement.
Bewegungs- und Konzentrationstechniken zur Steigerung von Lebensenergie und Wohlbefinden. Durch Atemübung und Körperwahrnehmung entsteht eine besondere Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst und seiner Umgebung.

Autodéfense / ***Selbstverteidigung***
Apprentissage des techniques de base de l'autodéfense pour augmenter l'estime de soi tout en permettant de pouvoir se défendre au cas où. / *In diesem Kurs erlernen die Teilnehmer die Basistechniken der Selbstverteidigung um ihr Selbstwertgefühl zu steigern und sich so gegenenfalls verteidigen zu können.*

Gym Parents-Enfants (1-4 ans) /
Eltern-Kind Gymnastik (1-4 Jahre)

Éducation de la motricité et de la réactivité. Les enfants sont animés à escalader, courir, sauter, jouer… ensembles avec leur mère, leur père ou l'un de leurs grands-parents.

Verbesserung der Grobmotorik und Reaktionsfähigkeit durch Bewegungsabläufe wie Klettern, Laufen, Springen, Rutschen oder Schaukeln. Mutter, Vater, Opa oder Oma nehmen aktiv an den Übungen teil.

Activités sportives organisées en collaboration avec des clubs sportifs ou des associations de la Ville / *Sportaktivitäten in Zusammenarbeit mit Sportklubs oder Vereinigungen der Stadt*

Volleyball Loisir (Volley-Club Belair)
Badminton (Badminton Club Européen)
Tennis de table / *Tischtennis* (Dësch Tennis Union Lëtzebuerg / Dësch Tennis Amicale Cessange)
Triathlon (Triathlon Luxembourg)
Billard Carambole / Pétanque (Académie de Billard Luxembourg)
Jeu d'échecs / *Schachspiel* (Cercle d'échecs «Gambit» Luxembourg-Bonnevoie)
Tir à l'arc / *Bogenschiessen* (Société de tir à l'arc «Flèche d'or»)
Curling (Curling Club Luxembourg)
Hockey sur gazon / *Rasenhockey* (Hockey Club Luxembourg)
École de patinage / *Eislaufschule* (Patinoire Kockelscheuer)

École de patinage / *Eislaufschule*
L'école de patinage permet aux adultes de faire leur premier pas sur la glace sans peur et d'apprendre les techniques de base du patinage (démarrer, glisser, virer, freiner, tomber...) durant quatre cours d'une heure. Possibilité d'y participer ensemble avec ses enfants.
Die Eislaufschule richtet sich an alle Erwachsene die unter Anleitung erfahrener Lehrer ohne Angst ihre ersten Schritte auf dem Eis machen und so die Grundtechniken des Eislaufens (losfahren, bremsen, rutschen, wenden, fallen...) während vier einstündigen Kursen erlernen wollen. Möglichkeit besteht zusammen mit seinen Kindern an diesem Angebot teilzunehmen.

Multi- Handi- Sports
Cette activité s'adresse aux personnes avec ou sans besoin spécifique. À l'aide de nombreux sports et jeux ludiques, les intéressés ont la possibilité de découvrir et tester une multitude d'activités sportives adaptées aux personnes avec besoins spécifiques.
Dieser Kurs richtet sich an Sportbegeisterte mit und ohne spezifischem Bedürfnis. Alle Interessierten haben die Möglichkeit eine Vielzahl von für Leute mit spezifischen Bedürfnissen angepassten Sportaktivitäten zu entdecken und zu testen.

Groupe sportif pour cardiaques / *Sport für Herzkranke*
Activités sportives pour personnes souffrant d'un problème cardiaque organisées par l'Association Luxembourgeoise des Groupes Sportifs pour Cardiaques (A.L.G.S.C.).
Die Sportaktivitäten für Leute mit Herzkreislaufproblemen werden von der luxemburgischen Vereinigung der Sportgruppen für Herzkranke organisiert.
Adresse de contact: / *Kontaktadresse:*
BP 1366
L-1013 Luxembourg
T 277 20 123
contact@algsc.lu

Groupe sportif pour personnes traitées d'un cancer / ***Sport für Krebspatienten***

Activités sportives pour personnes traitées d'un cancer organisées par l'Association Luxembourgeoise des Groupes Sportifs Oncologiques.
Die Luxemburger Vereinigung der Krebsgruppen bietet Krebspatienten sportliche Aktivitäten an.

Adresse de contact : / *Kontaktadresse:*
Association Luxembourgeoise des Groupes Sportifs Oncologiques a.s.b.l.
23, rue de Steinsel
L-7395 Hunsdorf
T 691 25 00 28 ou 691 12 12 07
info@sportifsoncologiques.lu
www.sportifsoncologiques.lu

b Activités aquatiques / *Wassersportaktivitäten*

Les intéressés aux activités aquatiques doivent s'inscrire auprès du Service Sports. Les participants doivent payer l'inscription auprès du Service Sports et se munir d'un billet d'entrée aux piscines municipales qu'ils peuvent acquérir au prix usuel à la caisse de la piscine de Bonnevoie, de la Badanstalt ou au Bierger-Center.

Für die Teilnahme an den Wasseraktivitäten ist eine Anmeldung beim Service Sports erforderlich. Die Teilnhemer müssen ihre Kursteilnahme beim Sportamt bezahlen und ausserdem eine Eintrittskarte für die städtischen Bäder zum Normaltarif kaufen. Diese Eintrittskarte ist an der Kasse des Schwimmbads Bonnevoie, in der Badanstalt und im Bierger-Center der Stadt erhältlich.

Descriptif des cours / *Erläuterungen zu den Kursen*

Aqua Gym / ***Wassergymnastik***
Cours comprenant des exercices de gymnastique dans l'eau permettant l'entraînement de toutes les parties du corps et la conservation et l'amélioration du bien-être. Il n'est pas nécessaire de savoir nager.
Die im Wasser durchgeführten Gymnastik-übungen erlauben es den gesamten Körper zu trainieren und so zum allgemeinen Wohlbefinden beizutragen. Um an dieser Aktivität teilzunehmen ist es nicht erforderlich schwimmen zu können.

Aqua Power / ***Intensive Wassergymnastik***
Aqua Gym à une intensité plus élevée. Cours comprenant des exercices de gymnastique dans l'eau permettant l'entraînement de toutes les parties du corps.
Wie der Aqua Gym Kurs, nur bei höherer Intensität, enthält dieser Kurs Gymnastikübungen im Wasser die alle Körperteile beanspruchen.

Aqua Jogging / ***Wasser-Jogging***
Technique ressemblant à celle du jogging sur terre. La pression de l'eau est utilisée de manière active pour renforcer les muscles et le système cardio-vasculaire. Il est obligatoire de savoir nager.
Die Technik ähnelt der des Jogging auf dem Trocknen. Der Wasserwiderstand wird bei dieser Aktivität aktiv genutzt um die Muskeln zu kräftigen und den Herzkreislauf zu stärken. Teilnehmer müssen schwimmen können.

Hydrogym / ***Hydrogymnastik***
Activités aquatiques comme l'aqua-fitness, l'hydro-jogging, l'hydro-fun où le workout avec des haltères et autres matériaux aquatiques font partie du programme. Les qualités physiques de l'eau sont utilisées pour améliorer la force, l'endurance et la rapidité.
Sammelbegriff für Bewegungsformen im Wasser, wie z.B. Aqua-Fitness, Hydro-Jogging, Hydro-Fun oder Workout mit Hanteln oder anderen Utensilien im Wasser. Die Wassereigenschaften werden genutzt um die Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit zu verbessern.

Leçons de natation / ***Schwimmkurse***
Des leçons de natation collectives pour adultes et enfants ont lieu à la piscine de Bonnevoie. Les intéressés voudront s'inscrire à la caisse.
Kollektive Schwimmlehrgänge für Erwachsene und Kinder finden im Schwimmbad Bonneweg statt. Interessierte schreiben sich an der Kasse des Schwimmbads ein.
Piscine / ***Schwimmbad*** **Bonnevoie**
T 4796-3471

Brevets de sauvetage / ***Rettungsschwimmen***
Des cours pour l'obtention de brevets de sauvetage ont lieu sur demande sous la direction des instructeurs de natation de la piscine de Bonnevoie à chaque fois qu'il y a assez de personnes intéressées.
Kurse zum Erlangen eines Rettungsschwimmerausweises finden unter der Leitung von Schwimmlehrern im Schwimmbad Bonneweg statt, jedes Mal dann, wenn sich genügend Interessierte gemeldet haben.

c Activités en plein air / *Sportaktivitäten im Freien*

Le programme «Sports pour tous» propose aux intéressés durant toute la saison les activités en plein air suivantes : Walking, Nordic-Walking, Jogging, préparation à la course de fond, Qi Gong et Taijiquan.

Cette offre sera étoffée à partir du mois d'avril en y ajoutant d'autres sports en plein air tel que le Beach-Volley, la randonnée pédestre (journées entières), le golf-découverte à Kockelscheuer, cours de golf au club de golf à Christnach et la randonnée cycliste.

Des moniteurs de la Ville accompagneront les participants et veilleront à l'apprentissage et à l'application des techniques correctes des différentes activités sportives.

Das „Sports pour tous - Programm" bietet folgende Outdoor Sportarten das ganze Jahr über an: Walking, Nordic-Walking, Jogging, Vorbereitung zum Langstreckenlauf, Qi Gong und Taijiquan.

Dieses Angebot wird ab April mit weiteren Sport-im-Freien-Aktivitäten aufgebessert, wie zum Beispiel: Beach-Volley, Wandern (Ganztags), Golf-Schnupperkurs in Kockelscheuer, Golfkurse im Golfclub Christnach und Fahrradtouren.

Die Betreuer der Stadt lehren die Teilnehmer die richtige Technik und begleiten sie während der Ausübung der jeweiligen Sportart.

Descriptif des cours /
Erläuterungen zu den Kursen

Walking
Sport doux, mais très efficace pour entraîner le système cardio-vasculaire. Les moniteurs veillent à ce que les participants appliquent la bonne technique pour obtenir un résultat optimal.
Walking ist eine sanfte Sportart, durch die der Herzkreislauf trainiert wird. Die Betreuer achten auf die richtige Walking-Technik um ein optimales Resultat zu erzielen.

Nordic-Walking
Maintien de la forme physique car 90 % des muscles sont mis à contribution. Renforcement des liens d'amitié dans le groupe grâce à la communication entre les participants. Mise à disposition gratuite du matériel sportif.
Nordic-Walking beansprucht 90% der gesamten Körpermuskulatur. Es erlaubt es ihren Körper in Form zu bringen und gleichzeitig mit andern Menschen zu kommunizieren. Sportmaterial wird gratis zur Verfügung gestellt.

Jogging
Entraînement de l'endurance et du système cardio-pulmonaire, stimulation du système immunitaire, soulagement du stress et bien d'autres bienfaits de la pratique du Jogging pour le bien-être général.
Verbesserung der Ausdauer, Vergrößerung des Atemvolumens, Herzkreislauftraining, Stimulierung des Immunsystems, Stressabbau und noch viele andere positive Auswirkungen des Joggens auf das allgemeine Wohlbefinden.

Jogging - Walking - Nordic-Walking
Cours au Kiem, Belair et Baumbusch /
Kurse am Kiem, Belair und Baumbusch
Durant l'automne et l'hiver, les cours du mardi soir auront lieu au Kiem et à partir du mois d'avril au Baumbusch. Pour chaque activité, différents niveaux d'intensité sont proposés aux participants.
Während dem Herbst- und Winterprogramm finden die Kurse am Dienstagabend auf Kiem statt und ab April im Baumbusch. In jedem Kurs werden verschiedene Leistungsgruppen angeboten.

Kiem (Automne / Hiver)
Meeting Point: Hall Omnisports Kiem, 40, bd Pierre Frieden. / *Treffpunkt: Sporthalle Kiem, 40, bd Pierre Frieden.*
Belair
Meeting Point: Hall omnisports Belair, 14, rue d'Ostende / *Treffpunkt: Sporthalle Belair, 14, rue d´Ostende.*
Baumbusch
Meeting Point: Centre sportif et de loisirs Baumbusch / *Treffpunkt: Sport- und Freizeitzentrum - Schild „Sports pour tous".*

Walking / Nordic-Walking
Kockelscheuer (durant toute la saison)
Meeting Point: Centre sportif et de loisirs – Entrée de la Patinoire / *Treffpunkt: Sport- und Freizeitzentrum - Eingang der Eissporthalle*

Bonnevoie (durant toute la saison)
Meeting Point: Tennis Club Bonnevoie (115, rue Anatole France) / *Treffpunkt : Tennis Club Bonnevoie (115, rue Anatole France)*

Des douches et vestiaires sont à la disposition des participants / *Duschen und Umkleideräume stehen zur Verfügung.*

Nordic-Walking « Nei derbai, je débute » (pour débutants / ***für Anfänger*****)**
Ce cours s'adresse aux débutants qui n'ont jamais pratiqué la marche nordique et/ou qui n'ont plus l'habitude voire la forme pour marcher pendant une heure.
Dieser Kurs richtet sich an alle Anfänger, die entweder noch nie Nordic-Walking gamacht haben und/oder nicht (mehr) die nötige Fitness haben um eine Stunde am Stück spazieren zu gehen.

Jogging « Nei derbai, je débute » (pour débutants / ***für Anfänger*****)**
Cours s'adressant aux personnes n'ayant jamais pratiqué le jogging ou ayant perdu l'habitude. Il permet de (re-)trouver progressivement la forme et de vous fixer des objectifs réalistes.
Kurs für alle Laufsportanfänger oder aus der Übung Gekommene. Progressiver Aufbau der Form und Verfolgung von realistischen Zielen.

Préparation à la course de fond /
Vorbereitung zum Langstreckenlauf
Entraînement des facteurs essentiels nécessaires à la pratique des courses de longue distance, une technique correcte de la course à pied et l'apprentissage du rythme adéquat sont les buts primordiaux de ce cours. Le cours a lieu le samedi de 9h00 à 11h00 au Stade Josy Barthel.
Das Erlernen der nötigen Faktoren um Langstreckenläufe zu bestreiten, das heißt der korrekten Lauftechnik sowie des Gefühls für den Rhythmus, sind die Hauptzielsetzungen dieses Kurses. Dieser Kurs findet Samstags von 9h-11h im Stade Josy Barthel statt.

Stade Josy Barthel / *Stadion Josy Barthel :*
Meeting Point : piste synthétique /
Treffpunkt: Synthetische Piste
Des douches et vestiaires sont disponibles. / *Duschen und Umkleide-räume stehen zur Verfügung.*

Athlétisme (pas de moniteur) /
Leichtathletik (ohne Betreuer)
Si le Stade Josy Barthel n'est pas occupé par d'autres manifestations sportives, la piste synthétique est ouverte au public tous les samedis de 9 h à 11 h.
Ausser an den Tagen, an denen im Josy Barthel Stadion Sportveranstaltungen stattfinden, kann die Piste samstags zwischen 9:00 und 11:00 Uhr von einzelnen Personen genutzt werden.

À partir du printemps, les activités en plein air suivantes vont compléter l'offre du Service Sports :
Ab dem Frühling werden folgende Outdoor Aktivitäten das Sport im Freien Programm des Service Sports vervollständigen:

Taijiquan
Sur la base de mouvements harmonieux, d'une respiration profonde et de la concentration sur sa propre action, cette activité permet de trouver la tranquillité intérieure et le calme.
Harmonisch fließende Bewegungsabläufe, vertiefte Atemführung und Konzentration werden in Einklang gebracht und bewirken innere Ruhe und Gelassenheit.

Qi Gong
Techniques de mouvement et de concentration pour décupler énergie vitale et bien-être. Des exercices de respiration et la prise de conscience du corps produisent une meilleure interaction entre l'être intérieur et son environnement.
Bewegungs- und Konzentrationstechniken zur Steigerung von Lebensenergie und Wohlbefinden. Durch Atemübung und Körperwahrnehmung entsteht eine besondere Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst und seiner Umgebung.

Golf-Découverte / ***Golf-Schnupperkurs***
Possibilité de découvrir et tester l'activité du golf au « Luxembourg Golf Center » à Kockelscheuer.
Möglichkeit den Golfsport im „Luxembourg Golf Center" in Kockelscheuer zu entdecken und zu testen.

Cours de golf / ***Golfkurse***
10 cours de golf (pour débutants et avancés), animés par des entraîneurs de golf professionnels au « Golf & Country Club Christnach », vous permettent de découvrir et pratiquer ce sport en plein air dans des conditions optimales.
10 Golfkurse (für Anfänger und Fortgeschrittene), unter der Anleitung von professionellen Golflehrern im „Golf & Country Club Christnach", ermöglichen es Ihnen diesen Sport unter optimalen Bedingungen kennenlernen bzw. ausüben zu können.

Randonnées pédestres pour avancés /
Wandern für Fortgeschrittene

Journées entières de randonnée pédestre organisées à travers tout le pays. Rendez-vous toujours à la Gare Centrale Luxembourg. Pique-nique et boissons sont à emporter par le participant. Des chaussures adéquates sont obligatoires. / *Ab dem Frühling können die Interessierten sich für Ganztagsspaziergänge durchs ganze Land anmelden. Treffpunkt ist immer der Hauptbahnhof Luxemburg. Das Picknick und die Getränke müssen die Teilnehmer selber mitbringen. Angepasstes Schuhwerk ist erforderlich.*

Beach-Volley

Lors des mois d'été, tous les jeudis de 17 h à 21 h sur des terrains spécialement adaptés au Complexe sportif Boy Konen à Cessange.

Während den Sommermonaten, jeden Donnerstag von 17h00 bis 21h00 Uhr auf speziell ausgerichteten Feldern auf dem Sportkomplex Boy Konen in Cessange.

1.3 SPORTS POUR TOUS – AÎNÉS (À PARTIR DE 55 ANS) / SENIOREN (AB 55 JAHREN)

Le programme «Sports pour tous - Aînés» comprend des cours réservés aux personnes âgées de 55 ans et plus. Ces cours sont adaptés à leurs capacités et leur rythme, tout en leur permettant de se tenir en forme. L'inscription aux cours est obligatoire. Toute personne y participe à ses propres risques.

Das „Sports pour tous" Programm enthält Kurse die den Menschen ab 55 Jahren vorbehalten sind. Diese Kurse sind an ihre Fähigkeiten und ihren Rhythmus angepasst, und erlaubt es ihnen auf gesunde Weise in Form zu bleiben. Das Anmelden ist erforderlich. Jeder nimmt auf eigene Gefahr an den Kursen teil.

a Activités sportives en salle / *Sportaktivitäten in der Halle*

Gymnastique douce / *Sanfte Gymnastik*
Amélioration et conservation du bien-être grâce à la gymnastique douce qui est surtout fondée sur la sensation plutôt que sur l'effort. Exercices très doux à la portée de tous.
Bei der sanften Gymnastik geht es mehr ums Empfinden als ums Belasten und trägt zur Stärkung des allgemeinen Wohlbefindens bei. Die Übungen sind sehr sanft und für jeden geeignet.

Gym douce (debout et assis) / *Sanfte Gymnastik (im Stehen und im Sitzen)*
Ce cours propose des exercices de gymnastique debout et assis (sur des chaises) et s'adresse ainsi notamment aux aînés qui ont des légèrs problèmes d'endurance, de coordination ou de mobilité.
In diesem Kurs werden Gymnastikübungen im Stehen und im Sitzen (auf Stühlen) angeboten, und ist deshalb sehr gut geeignet für Senioren mit leichten Ausdauer-, Koordinations- oder Bewegungsproblemen.

Sports aînés / *Seniorensport*
Différentes activités physiques et sportives comme la gymnastique traditionnelle, des jeux sportifs adaptés ou des jeux de coordination et d'adresse.
Dieser Kurs bietet eine Vielzahl an körperlichen und sportlichen Aktivitäten wie z.B. traditionelles Turnen, angepasste Sportspiele oder Geschicklichkeits- und Koordinationsspiele.

Stretching
Complément utile à toutes les activités physiques et sportives garantissant une amélioration sans risque de la souplesse tout en réactivant le tonus musculaire.
Wichtige Ergänzung zur körperlichen und sportlichen Betätigung. Es erlaubt eine gefahrlose Steigerung der Beweglichkeit bei gleichzeitiger Muskelanspannung.

Danse pour seniors / ***Seniorentanz***
Cours permettant aux seniors d'apprendre et de pratiquer de la danse dans un cadre agréable et convivial. Le port de chaussures adéquates est obligatoire afin d'éviter des chutes ou blessures.
Senioren erlernen in einem angenehmen und geselligen Umfeld das Tanzen. Passendes Schuhwerk ist erforderlich um Stürze oder Verletzungen zu vermeiden.

Danse intense pour seniors / ***Intensiver Seniorentanz***
« Danse pour seniors » à une intensité plus élevée et réservé aux danseurs confirmés, permettant de pratiquer de la danse dans un cadre agréable et convivial.
„Seniorentanz", mit höherer Intensität und den erfahrenen Tänzern vorbehalten. Möglichkeit das Tanzen in einem geselligen Umfeld auszuüben.

Zumba® Gold
En utilisant des musiques latines et festives, en proposant des exercices physiques sûrs et efficaces, ainsi que des mouvements de danse faciles et à la portée de personnes plus âgées et de débutants, ce cours de fitness est facile à suivre et bénéfique pour la santé globale des particpants.
Durch das Benutzen lateinischer und festlicher Musik, das Ausüben sicherer und effizienter Bewegungsabläufe, sowie leichter Tanzbewegungen, ist dieser Fitnesskurs für ältere Menschen und Anfänger einfach zu absolvieren und sicherlich vorteilhaft für ihre allgemeine Gesundheit.

Musculation douce sur machines /
Sanftes Muskeltraining an Geräten
Conseils par un moniteur qualifié lors de l'entraînement dans une salle de musculation bien équipée. Élaboration d'un plan d'entraînement individuel afin d'améliorer les capacités musculaires, notamment au niveau du tronc et des membres inférieurs.
Dieser Kurs ermöglicht es den Teilnehmern von einem gut ausgestatteten Fitnessraum und den Ratschlägen eines ausgebildeten Betreuers zu profitieren. Sie erhalten so ein individuelles Trainingsprogramm, das die Stärkung aller Muskelgruppen sowohl des Rumpfes als auch der Beine berücksichtigt.

Pétanque sur glace / ***Eisstockschiessen***
Apprentissage de la pratique de la pétanque sur glace. Une tenue sportive ou de loisir et des chaussures solides sont nécessaires. Encadrement par moniteurs spécialisés.
Erfahrene Eisstocktrainer führen die Teilnehmer in die Praxis des Eisstockschießens ein. Eine angepasste Sport- oder Freizeitkleidung und festes Schuhwerk sind erforderlich.

École de patinage / *Eislaufschule*
L'école de patinage permet aux aînés de faire leur premier pas sur la glace sans peur et d'apprendre les techniques de base du patinage (démarrer, glisser, virer, freiner, tomber...) durant quatre cours d'une heure.
Die Eislaufschule richtet sich an Senioren ab 55 Jahren die unter Anleitung erfahrener Lehrer ohne Angst ihre ersten Schritte auf dem Eis machen und so die Grundtechniken des Eislaufens (losfahren, bremsen, rutschen, wenden, fallen...) während vier einstündigen Kursen erlernen wollen.

Jeu d'échecs / *Schachspiel*
Le jeu d'échec est un jeu stratégique opposant deux joueurs qui déplacent des figures sur le plateau de jeu. Le but du jeu est d'arriver à mettre l'adversaire « échec et mat », c'est-à-dire de placer sa figure appelé « roi » dans une position indéfendable.
Das Schachspiel ist ein strategisches Brettspiel, bei dem zwei Spieler abwechselnd Spielsteine auf einem Spielbrett bewegen. Ziel des Spiels ist, den Gegner „schachmatt" setzen, zu setzen, das heißt seine als „König" bezeichnete Spielfigur unabwendbar anzugreifen.

Gymnastique de ski / *Ski Gymnastik*
Gymnastique spécifique en vue de préparer la pratique des sports d'hiver. Participation aux « S.d.S. Sport-Wochen » à Lenzerheide en Suisse (p. 42) par exemple. À partir du mois d'avril, ce cours se transformera en cours « sports aînés ».
Allgemeines Konditionstraining durch eine spezifische Gymnastik als Vorbereitung auf den Wintersport, und die „S.d.S. Sport-Wochen" in Lenzerheide in der Schweiz zum Beispiel (S. 42). Ab dem Monat April wird die Skigymnastik zum "Seniorensport"-Kurs umgewandelt.

b Activités aquatiques / *Wassersportaktivitäten*

Étant donné que les activités aquatiques sont très appréciées, les intéressés aux activités aquatiques doivent s'inscrire auprès du Service Sports pour le ou les cours de leur choix. Les participants doivent se munir d'un billet d'entrée à l'entrée de la piscine ou au « Bierger-Center » pour lequel le tarif ordinaire des bains municipaux est applicable.

Die Wassersportaktivitäten erfreuen sich größter Beliebtheit. Senioren, die gerne an diesen Kursen teilnehmen wollen, sind deswegen gebeten, sich beim Sportdienst für den oder die Kurse ihrer Wahl anzumelden. Die Teilnehmer müssen außerdem eine Eintrittskarte zum Normaltarif an der Kasse des Schwimmbads (Bonnevoie oder Badanstalt) oder des „Bierger-Center" kaufen.

Aqua Gym
Exercices de gymnastique dans l'eau permettant l'entraînement de toutes les parties du corps et la conservation et amélioration du bien-être en général. Il n'est pas nécessaire de savoir nager.
Gymnastikübungen im Wasser die es erlauben den gesamten Körper zu trainieren und so zum allgemeinen Wohlbefinden beizutragen. Es ist nicht erforderlich schwimmen zu können.

Cours d'apprentissage de la natation / ***Schwimmkurs***
Le cours comprend 11 leçons d'apprentissage. Pour cette raison, il ne sera pas proposé durant toute la saison et les intéressés sont priés de s'inscrire et de participer dès la première séance.
Dieser Kurs besteht nur aus 11 Unterrichtstunden, und wird daher nicht über die ganze Saison angeboten. Deswegen sollten die Interessenten ab der allerersten Stunde teilnehmen bzw. bereits angemeldet sein.

c Activités en plein air / *Sportaktivitäten im Freien*

Amélioration de la santé physique, morale et sociale des personnes âgées. Des moniteurs disposant d'une formation spécialisée assurent l'encadrement des participants et leur enseignent la technique et la pratique de la discipline choisie. Les cours auront lieu indépendamment des conditions météorologiques. Une tenue de sport ou de loisir et des chaussures solides sont recommandées.

Die angebotenen Sportaktivitäten im Freien sollen die körperliche, moralische und gesellschaftliche Gesundheit der älteren Menschen verbessern. Ausgebildete Betreuer lehren den Teilnehmern die richtige Technik und begleiten sie während der Ausübung der jeweiligen Sportart. Die Kurse finden bei jedem Wetter statt. Angepasste Sport- oder Freizeitkleidung, sowie festes Schuhwerk sind erforderlich.

Walking
Sport doux, mais très efficace pour entraîner le système cardio-vasculaire. Les moniteurs veillent à ce que les participants appliquent la bonne technique pour obtenir un résultat optimal.
Walking ist eine sanfte Sportart, durch die der Herzkreislauf trainiert wird. Die Betreuer achten auf die richtige Walking-Technik um ein optimales Resultat zu erzielen.

Nordic-Walking « Nei derbai, je débute » (pour débutants / ***für Anfänger*****)**
Ce cours s'adresse aux débutants qui n'ont jamais pratiqué la marche nordique et/ou qui n'ont plus l'habitude voire la forme pour marcher pendant une heure.
Dieser Kurs richtet sich an alle Anfänger, die entweder noch nie Nordic-Walking gamacht haben und/oder nicht (mehr) die nötige Fitness haben um eine Stunde am Stück spazieren zu gehen.

Nordic-Walking
Lors du Nordic-Walking, 90 % des muscles sont mis à contribution. Il permet le maintien de la forme autant que la communication entre les membres du groupe.

Nordic-Walking beansprucht 90% der gesamten Körpermuskulatur. Es erlaubt es ihren Körper in Form zu bringen und gleichzeitig mit andern Menschen zu kommunizieren.

Programme spécial «Sport en plein air pour aînés» (19.04.-15.07.2022) / *Spezielles „Sport im Freien für Senioren" -Programm (19.04.-15.07.2022)*

À partir du mois d'avril 2022, l'offre sera étoffée par d'autres activités sportives en plein air. Un programme spécial «Sport en plein air pour aînés» sera publié et communiqué par écrit à tous les inscrits.

Ab April 2022 wird das Sportangebot mit anderen „Sport im Freien Aktivitäten" aufgebessert. Ein spezielles „Sport im Freien für Senioren Programm" wird veröffentlicht und an alle eingeschriebenen Senioren verschickt.

Boules et Pétanque / ***Boulespiel***
Jeu simple et divertissant qui favorise la rencontre et la mobilité.
Einfaches und kurzweiliges Spiel das die Beweglichkeit und den Kontakt zu den Mitspielern fördert.

Randonnées en Canoë-Kayak /
Kajak - Kanuwandern
La combinaison idéale entre le maintien de la santé et l'expérience de la nature sur la Sûre, la Moselle et sur le lac de la Haute-Sûre à Lultzhausen constitue un des points forts de cette activité sportive.
Die Verbindung von Sport- und Naturerlebnis auf der Sauer, der Mosel und auf dem Stausee der Obersauer in Lultzhausen sind das Ziel dieses Angebotes.

Randonnées cyclistes / *Fahrradtouren*
Des randonnées cyclistes guidées offrent probablement le meilleur moyen pour découvrir d'une manière sportive notre joli pays et ses environs verts.
Geführte Fahrradtouren bieten wohl die beste Möglichkeit um unser schönes Ländchen und seine grüne Umgebung auf sportliche Art und Weise kennenzulernen.

Randonnées pédestres Soft /
Sanftes Wandern
Promenades d'environ 2h dans les alentours de la Ville de Luxembourg. Les ballades dans la nature permettent de sortir du quotidien et de maintenir sa forme de manière agréable.
Geführte Touren von ungefähr 2 Stunden im Umkreis der Stadt Luxemburg. Ein Spaziergang in der freien Natur erlaubt es sich vom Alltag abzulenken und zusätzlich etwas für die Gesundheit zu machen.

Randonnées pédestres pour avancés /
Wandern für Fortgeschrittene
Journées entières de footing organisées dans tous les coins du pays. Le lieu de rendez-vous est toujours la Gare Centrale Luxembourg. Le pique-nique et les boissons sont à emporter par le participant. Des chaussures adéquates sont obligatoires.

Angebot von Ganztagsspaziergängen durchs ganze Land. Treffpunkt immer am Hauptbahnhof Luxemburg. Das Picknick und die Getränke müssen die Teilnehmer selber mitbringen. Angepasstes Schuhwerk ist erforderlich.

Golf-Découverte / ***Golf-Schnupperkurs***
Possibilité de découvrir et tester l'activité du golf au « Luxembourg Golf Center » à Kockelscheuer.
Möglichkeit den Golfsport im „Luxembourg Golf Center" in Kockelscheuer zu entdecken und zu testen.

Golf (pour débutants et pour avancés / ***für Anfänger und für Fortgeschrittene)***
Adresse et activité physique en pleine nature. Les cours d'initiation pour débutants et les cours de perfectionnement pour avancés auront lieu à partir du printemps au Golf & Country Club Christnach.

Geschicklichkeit und sportliche Betätigung stellen die Grundelemente dieser Sportart dar. Die Einführungskurse für Anfänger und die Trainingskurse für Fortgeschrittene finden im Frühling im Golf & Country Club Christnach statt.

1.4

RÈGLEMENT COMMUNAL – TARIFS

Les frais de participation aux différents cours organisés dans le cadre du programme « Sports pour tous » ont été arrêtés par le Conseil communal le 22 mars 1999, modifié par la suite, et sont inscrits au règlement-taxe de la Ville.

RÈGLEMENT

Article 1 Éducation physique pour jeunes (de 12 à 16 ans)

La participation aux cours du programme « jeunes » est gratuite pour les jeunes. L'inscription, accompagnée d'une autorisation parentale, est de rigueur.

Article 2 Éducation physique pour adultes (à partir de 16 ans)

Les tarifs pour les cours du programme « adultes » sont fixés comme suit :

1. pour les habitants de la Ville de Luxembourg
- par cours et par saison 30 €
- passe-partout-adultes 110 €

2. pour les habitants des autres communes
- par cours et par saison 60 €
- passe-partout-adultes 220 €

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.

Article 3 Éducation physique pour aînés (à partir de 55 ans)

Un cours par saison du programme « aînés » est gratuit pour tous les aînés et chaque cours supplémentaire est facturé comme suit :

1. pour les habitants de la Ville de Luxembourg
- par cours et par saison 30 €
- passe-partout-aînés 110 €

2. pour les habitants des autres communes
- par cours et par saison 60 €
- passe-partout-aînés 220 €

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.

Les aînés sont autorisés à participer aux cours du programme « adultes » à condition de payer les tarifs fixés à l'article 2.

Article 4 Remboursement

Le remboursement des droits d'inscription n'est possible que sur présentation d'un certificat médical attestant une incapacité à participer aux cours.

Le remboursement se fait au prorata des mois courus, le calcul ayant lieu par mois entamé. La saison commence le 1er octobre et finit le 15 juillet de l'année suivante.

Article 5 Changement de cours

Le changement de cours pendant la saison est possible dans la mesure des disponibilités des différents cours.

Pour vous inscrire aux cours, veuillez demander un formulaire d'inscription au Service Sports, T 4796-4414, sports@vdl.lu ou le télécharger sur www.vdl.lu. Après l'envoi du formulaire d'inscription, vous recevrez une facture qui vous autorisera à participer au cours de votre choix après règlement.

GEMEINDEVERORDNUNG - TARIFE

Die Teilnahmekosten an den Kursen, die im Rahmen des Programms „Sports pour tous“ organisiert werden, wurden vom Gemeinderat in seiner Sitzung vom 22. März 1999 festgelegt, und anschließend angepasst. Sie sind im Taxenreglement der Stadt Luxemburg festgeschrieben.

VERORDNUNG

Artikel 1: Sport für Jugendliche (von 12 - 16 Jahren)
Die Teilnahme an den Kursen für Jugendliche ist kostenlos. Die Einschreibung, sowie eine Teilnahmerlaubnis der Eltern, ist Pflicht.

Artikel 2: Erwachsenensport (ab 16 Jahren)
Die Kosten für die Kurse aus dem Erwachsenenprogramm sind folgendermassen festgelegt:

1. Einwohner der Stadt Luxemburg	
- pro Kurs und pro Saison	*30 €*
- Erwachsenen-Passepartout	*110 €*
2. Einwohner anderer Gemeinden	
- pro Kurs und pro Saison	*60 €*
- Erwachsenen-Passepartout	*220 €*

Der „Erwachsenen-Passepartout“ erlaubt die Teilnahme an allen Kursen des Erwachsenenprogramms, die während einer Saison angeboten werden, mit Ausnahme der Kurse, die nur eine begrenzte Anzahl Teilnehmer aufnehmen können und für die eine Einschreibung erforderlich ist.

Artikel 3: Sport für Senioren (ab 55 Jahren)
Ein Kurs pro Saison aus dem Seniorenprogramm wird jedem Senioren gratis angeboten, und jeder zusätzliche Kurs wird folgendermassen verrechnet:

1. Einwohner der Stadt Luxemburg	
- pro Kurs und pro Saison	*30 €*
- Senioren-Passepartout	*110 €*
2. Einwohner anderer Gemeinden	
- pro Kurs und pro Saison	*60 €*
- Senioren-Passepartout	*220 €*

Der „Senioren-Passepartout“ erlaubt die Teilnahme an allen Kursen des Seniorenprogramms, die während einer Saison angeboten werden, mit Ausnahme der Kurse, die nur eine begrenzte Anzahl Teilnehmer aufnehmen können und für die eine ausdrückliche Einschreibung erforderlich ist.

Die Senioren dürfen an den Kursen des Erwachsenenprogramms teilnehmen insofern sie die im Artikel 2 festgelegten Teilnahmekosten zahlen.

Artikel 4: Rückerstattung
Die Rückerstattung des Beitrages kann nur auf Grund eines ärztlichen Attestes erfolgen, das die Unfähigkeit, an den Kursen teilzunehmen, bestätigt. Die Rückerstattung erfolgt auf Monatsgrundlage, ein angefangener Monat wird nicht zurückerstattet. Die Saison beginnt am 1. Oktober und endet am 15. Juli des folgenden Jahres.

Artikel 5: Wechsel des Kurses
Ein Kursus kann während der Saison im Rahmen der Disponibilität gewechselt werden.

Um an den Kursen teilzunehmen, fordern Sie bitte ein Teilnahmeformular beim Service Sports an, T 4796-4414, sports@vdl.lu oder unter www.vdl.lu. Nach Einsenden des Formulars, wird Ihnen eine Rechnung zugesandt, die Sie dazu berechtigt nach Zahlung am Kursus teilzunehmen.

1.5 LES MESURES SANITAIRES DANS LE CADRE DE LA LUTTE CONTRE LE COVID-19 / GESUNDHEITSMASSNAHMEN IM RAHMEN DER BEKÄMPFUNG DES COVID-19

Malgré la crise sanitaire actuelle due à la pandémie du coronavirus, la Ville de Luxembourg a décidé d'élaborer et proposer un programme "Sports pour tous" à destination de tout type de public. Le Service Sports a dû tenir compte des dispositions légales en vigueur ainsi que des recommandations du Ministère de la Santé et du Sport, pour élaborer le programme de la saison 2021-2022.

La protection maximale de la santé de chaque participant et de chaque membre du personnel reste une priorité absolue de la Ville. Ainsi, une série de mesures de sécurité, de distanciation et d'hygiène sont applicables dans tous les établissements sportifs (piscines, halls omnisports, salles de gym...), sur tous les sites en plein air (parcs, centre de losirs...) et durant toutes les activités sportives proposées.

Selon l'évolution de la pandémie dans les mois à venir, l'adoption de nouvelles mesures par le gouvernement pourrait entraîner des changements dans l'organisation du programme "Sports pour tous 2021-2022" tels que l'adaptation, la limitation voire la suppression de certaines activités. La Ville précise que, malgré toutes les mesures et précautions prises et toutes les recommandations suivies afin d'éviter toute propagation du coronavirus, le risque d'infection ne saurait être exclu pendant une activité « Sports pour tous ». Chacun participe aux activités à ses propres risques et périls. Aucune responsabilité n'incombera 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.

A cet effet, 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".

A cause de la pandémie du Covid-19, le collège des bourgmestre et échevins de la Ville de Luxembourg accorde exceptionnellement une remise de 10 € pour chaque inscription au programme « Sports pour Tous » de la saison 2021/2022, sous réserve que la participation au(x) cours sélectionné(s) soit payante et donne lieu à l'établissement d'une facture d'un montant supérieur à 0 €.

Trotz der aktuellen "Covid-19"-Pandemie hat die Stadt Luxemburg beschlossen für die kom-mende Saison 2021-2022 ein "Sports pour Tous"-Programm anzubieten. Da der Schutz der Teilnehmer und Mitarbeiter für die Stadt Luxemburg oberste Priorität genießt, wurden alle Kurse und Aktivitäten so gestaltet, dass diese sämtlichen gesetzlichen Bestimmungen und Empfehlungen der Ministerien für Gesundheit und Sport gerecht werden. So gelten auch in den Sportinfrastrukturen der Stadt Luxemburg die vom Gesetzgeber festgelegten Sicherheits-, Distanzierungs- und Hygienemaßnahmen. Des Weiteren macht die Stadt Luxemburg darauf aufmerksam, dass in Abhängigkeit der Entwicklung der Pandemie zusätzliche Einschränkungen, Anpassungen oder sogar eine Absage der Kurse und Aktivitäten erfolgen kann.

Jeder Teilnehmer muss sich bewusst sein, dass eine Ansteckung mit dem Covid-19 Virus auch während den Sportkursen und Aktivitäten nicht ausgeschlossen werden kann. Daher muss sich jeder Teilnehmer im Klaren sein, dass er auf eigenes Risiko an den Kursen und Aktivitäten teilnimmt. Diesbezüglich muss auch jeder Teilnehmer im Vorfeld eine Verzichtserklärung zu Gunsten der Stadt Luxemburg unterschreiben die besagt, dass er oder ein Dritter im Falle einer Ansteckung mit dem Covid-19 Virus, keine rechtlichen Schritte oder andere Maßnahmen gegen die Stadt Luxemburg, deren Personal sowie alle anderen Beteiligten einleitet.

Damit eine Ansteckung mit dem Covid-19 Virus im Rahmen der von der Stadt Luxemburg angebotenen Kurse und Aktivitäten vermieden werden kann, appelliert die Stadt Luxemburg an die Solidarität, Vernunft und Verantwortung aller Beteiligten und fordert sie eindringlich auf sich an sämtliche Regeln im Zusammenhang mit der Covid-19 Pandemie zu halten.

Aufgrund der Covid-19 -Pandemie gewährt der Schöffenrat der Stadt Luxemburg ausnahmsweise einen Rabatt von 10 € für jede Anmeldung im « Sports pour Tous » - Programm der Saison 2021/2022, insofern die Teilnahme an dem/den ausgewählten Kurs(-en) kostenpflichtig ist und eine Rechnung von mehr als 0 € ausgestellt wird.

1.6 PROGRAMME VACANCES SCOLAIRES ET VACANCES D'ÉTÉ / SCHULFERIEN- UND SOMMERFERIENPROGRAMM

Durant les vacances scolaires, un programme réduit « Vacances scolaires » regroupant des activités comme musculation, gym entretien, fitness gym, sports aînés, jogging, walking et nordic-walking sera proposé. Ce programme, affiché dans toutes les infrastructures sportives de la Ville où auront lieu des cours « Sports pour tous », restera le même pendant les petites vacances scolaires suivantes :

*Während den **Schulferien** findet ein reduziertes Programm mit Aktivitäten wie Muskeltraining, Gym entretien, Fitness gym, Sports aînés, Jogging, Walking et Nordic-Walking statt. Dieses Programm, welches in allen Sportinfrastrukturen der Stadt wo ein „Sports pour tous" Kurs stattfindet, angebracht wird, gilt für die folgenden kleinen Schulferien:*

- **Congé de Toussaint (01.11. - 07.11.2021)**
- **Congé de Noël (pas de cours : 20.12.2021 - 02.01.2022)**
- **Congé de Carnaval (14.02. - 20.02.2022)**
- **Congé de Pâques (04.04. - 17.04.2022)**
- **Congé de la Pentecôte (23.05. - 29.05.2022)**

- *Allerheiligen (01.11. - 07.11.2021)*
- *Weihnachtsferien (keine Kurse: 20.12.2021 - 02.01.2022)*
- *Karnevalsferien (14.02. - 20.02.2022)*
- *Osterferien (04.04. - 17.04.2022)*
- *Pfingstferien (23.05. - 29.05.2022)*

Durant les vacances d'été, un programme réduit appelé **« Programme spécial Vacances d'été 2022 »** (du samedi 16 juillet 2022 au vendredi 30 septembre 2022) sera proposé aux intéressés. Ce programme sera publié au début du mois de juillet et affiché dans toutes les infrastructures sportives.

*Während den Sommerferien wird ebenfalls ein reduziertes Sportprogramm „**Programme spécial Vacances d'été 2022**" (vom Samstag 16. Juli 2022 bis Freitag 30. September 2022) angeboten. Dieses Programm wird Anfang Juli veröffentlicht und in allen Sportinfrastrukturen erscheinen.*

Il n'y aura pas de cours les **jours fériés**.

*An **Feiertagen** finden keine Kurse statt.*

S.d.S.
SPORT-WOCHEN

2.1 S.d.S. SPORT-WOCHEN POUR JEUNES DE 11 À 17 ANS / FÜR JUGENDLICHE ZWISCHEN 11 UND 17 JAHREN

Depuis les années 80, le Service Sports de la Ville de Luxembourg organise ses traditionnelles «S.d.S. Sport-Wochen» qui permettent aux jeunes entre 11 à 17 ans de découvrir et pratiquer différentes disciplines sportives et de rencontrer d'autres jeunes du même âge.

L'édition 2022 des «S.d.S. Sport- Wochen» se déroulera du 18 juillet au 04 septembre 2022. Quelque 300 enfants pourront participer chaque année aux différents stages organisés au Luxembourg et à l'étranger (Pays-Bas, Autriche, Italie...) par le Service Sports.

Pour les enfants de 11 à 12 ans, des sports adaptés à leur catégorie d'âge seront proposés dans le cadre des «Mini Sport-Wochen», comme par exemple le surf, la voile et encore le multisports (rugby, beach-volley, animation aquatique, équitation, escalade...).

Pour les jeunes de 13 à 17 ans, le Service Sports proposera comme chaque année une multitude d'activités différentes tel que le kitesurfing, le surf, la voile, l'équitation, l'escalade, le skateboard, le mountainbike, les arts martiaux, la danse, le rafting, le canyoning, le multisports et le wakeboard.

L'encadrement des jeunes sera garanti par des entraîneurs en possession d'un Brevet d'État, des moniteurs sportifs et des animateurs ayant suivi une formation théorique et pratique dispensée par le Service Sports de la Ville de Luxembourg.

Les «S.d.S. Sport-Wochen» sont réalisées grâce à la précieuse collaboration de Enovos Luxembourg S.A., Arnold Kontz Group, Auchan Luxembourg Kirchberg S.A. et Beckerich S.A.

Le programme définitif sera publié au début de l'année 2022. La brochure du programme et les formulaires d'inscription seront alors disponibles auprès du Service Sports, du Bierger-Center, de l'Hôtel de Ville ainsi qu'à la Rocade. Ces documents seront également téléchargeables sur Internet (www.vdl.lu). Pour plus d'informations, veuillez vous adresser directement au Service Sports. (**T** 4796-2463 ou 4796-4424).

Seit den 80er Jahren organisiert der Service Sports seine traditionellen „S.d.S. Sport-Wochen" und ermöglicht es Jugendlichen zwischen 11 und 17 Jahren verschiedene Sportarten zu entdecken und auszuüben und so, neue Freundschaften mit Gleichaltrigen zu schliessen.

Die Ausgabe von 2022 findet zwischen dem 18. Juli und dem 04. September 2022 statt. Rund 300 Kinder können jedes Jahr an den verschiedenen Sport-Wochen

in Luxemburg und im Ausland (Holland, Österreich, Italien...) teilnehmen.

Im Rahmen der „Mini-Sport-Wochen" können die 11- bis 12 Jährigen an verschiedenen, ihrem Alter angepassten Sportarten teinehmen, wie zum Beispiel: Segeln, Surfen oder Multisports (Rugby, Beach-Volley, Wasseranimation, Reiten, Klettern ...).

Für die 13- bis 17 Jährigen hat das Sportamt wie jedes Jahr viele verschiedene Sportarten anzubieten, wie zum Beispiel Kitesurfen, Segeln, Surfen, Reiten, Klettern, Skateboard, Mountainbike, Kampfsport, Tanzen, Rafting, Canyoning, Multisports und Wakeboard.

Die Kinder werden von qualifizierten Trainern, Sportbetreuern und vom Service Sports ausgebildeten Animateuren betreut.

Die „S.d.S. Sport-Wochen" werden vom Service Sports mit der freundlichen Unterstützung von Enovos Luxembourg S.A., Arnold Kontz Group, Auchan Luxembourg Kirchberg S.A. und Beckerich S.A. organisiert.

Das endgültige Programm wird Anfang des Jahres 2022 veröffentlicht. Das Informationsheft sowie die Anmeldeformulare werden ab dann im Sportamt, „Bierger-Center", Gemeindehaus und Rocade zu finden sein. Die Dokumente können dann ebenfalls im Internet heruntergeladen werden (www.vdl.lu). Für weitere ausführlichere Informationen, kontaktieren Sie bitte direkt das Sportamt. (T 4796-2463 oder 4796-4424).

2.2

S.d.S. SPORT-WOCHEN POUR PERSONNES ÂGÉES DE 55 ANS ET PLUS / FÜR SENIOREN AB 55 JAHREN

Dans le cadre des activités « Sports pour tous - Aînés », le Service Sports organise chaque saison des semaines sportives pour les personnes de 55 ans et plus inscrites au programme.

Im Rahmen der „Sports pour tous" -Aktivitäten organisiert der Service Sports jede Saison verschiedene Sport-Wochen für Menschen ab 55 Jahren die im Programm eingeschrieben sind.

Sport d'hiver / ***Wintersport***
(Lenzerheide, Suisse / ***Schweiz*****)**

Deux séjours d'une semaine de sport d'hiver à Lenzerheide en Suisse auront lieu en janvier 2022. Dans la vallée magnifique de Lenzerheide qui se situe à une altitude de 1 500 m, les participants auront le choix entre plusieurs sports : ski de fond, ski alpin, randonnées en raquettes de neige, pétanque sur glace, randonnées pédestres dans la neige et des activités alternatives « indoor » comme la gymnastique douce, l'aqua gym et le stretching.

Zwei Aufenthalte von je einer Woche Wintersport finden im Januar 2022 in Lenzerheide in der Schweiz statt. Im wunderschönen Hochtal der Lenzerheide auf einer Höhe von zirka 1.500 m können die Teilnehmer zwischen etlichen Sportarten wählen: Skilanglauf, Alpinski, Schneeschuhwandern, Eisstockschiessen, Wandern im Schnee, sowie alternative „Indoor"-Aktivitäten wie Sanfte Gymnastik, Aquagym und Stretching.

Sport en plein air / ***Sport im Freien***
(Tannheim, Tyrol - Autriche / **Tirol - Österreich)**

Durant les mois de mai ou juin 2022, le Service Sports organisera une semaine sportive à Tannheim (Autriche) qui proposera des activités sportives telles que randonnée pédestre, nordic-walking, aqua gym... et bien d'autres. Le programme détaillé de cette semaine sera envoyé en temps utile à tous les aînés inscrits au programme « Sports pour tous 2021-2022 ».

Während den Monaten Mai oder Juni 2022 wird der Service Sports eine Sport-Woche in Tannheim (Österreich) organisieren wo Sportaktivitäten wie Wandern, Nordic-Walking, Aqua Gym... und viele mehr angeboten werden. Das genaue Programm dieser Woche wird denen im "Sports pour tous 2021-2022" eingeschriebenen Senioren rechtzeitig zugeschickt werden.

3

KINNEKSWISS : SPORT ET DÉTENTE AU CŒUR DE LA VILLE / KINNEKSWISS: SPORT UND ENTSPANNUNG IM STADTZENTRUM

Du mois de juillet jusqu'au mois de septembre 2022, la Ville de Luxembourg proposera des animations et des activités sportives et de détente pour tous les âges sur la Kinnekswiss (entre le Champs du Glacis et l'avenue de la Porte-Neuve), et cela du lundi au dimanche, du matin au soir (excepté en cas de pluie). Ces activités s'inscrivent dans la volonté de la Ville de valoriser la Kinnekswiss pendant les mois d'été et d'animer cet espace vert situé au cœur de la capitale afin que les citoyens de la Ville et d'ailleurs puissent en profiter pleinement.

L'offre sportive est conçue de manière à promouvoir le sport-loisir en offrant des animations, des initiations et des cours sportifs édifiants accessibles à tout un chacun, tels que: le slacklining, le rope-skipping, le taijiquan, le qi gong, l'indiaca, le frisbee, le football, le rugby, le badminton, le volleyball, le hockey sur gazon, la pétanque, le vortex, le football-tennis, le «Korbball», le smolball, le bassalo, le volleyball assis, le speedminton, des activités de cirque et bien d'autres encore.

Toutes les animations et activités sportives seront encadrées par des moniteurs sportifs et des animateurs formés. Une inscription préalable n'est pas requise, et les animations et activités proposées sont gratuites. La participation aux activités se fait pourtant à ses propres risques et la responsabilité sur les enfants appartient aux parents et éducateurs.

Von Juli bis September 2022 bietet die Stadt Luxemburg von Montag bis Sonntag, von morgens bis abends, verschiedene Sport- und Entspannungsaktivitäten auf der Kinnekswiss (zwischen Champs des Glacis und Avenue de la Porte-Neuve). Diese Aktivitäten bestärken die Absicht der Stadt, die Kinnekswiss aufzuwerten und diesen Raum zu beleben, so dass die Bürger wieder von dieser schönen Grünfläche profitieren können.

Das Sportangebot soll den Breiten- und Freizeitsport fördern und bietet deswegen Animationen, Einführungen und Kurse an die für jedermann zugänglich sind: Slacklining, Rope-Skipping, Taijiquan, Qi Gong, Indiaca, Frisbee, Fussball, Rugby, Badminton, Volleyball, Rasenhockey, Pétanque, Vortex, Fussball-Tennis, Korbball, Smolball, Bassalo, Sitz-Volleyball, Speedminton, Zirkusaktivitäten und noch viele mehr.

Alle Sportaktivitäten werden von Sportbetreuern und ausgebildeten Animateuren betreut. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, und die Teilnahme an allen Aktivitäten gebührenfrei. Die Teilnahme an den Sportanimationen findet auf eigene Gefahr statt, und die Verantwortung für die Kinder obliegt den Eltern und den Erziehern.

Parc de trampolines au parc municipal de Merl / *Trampolinspark im Merler Stadtpark*

De juillet à septembre, tous les jours de 12h à 20h. / *Von Juli bis September, jeden Tag von 12h bis 20h.*

4

ÉVÉNEMENTS SPORTIFS / SPORTVERANSTALTUNGEN

En collaboration avec le Service Sports de la Ville de Luxembourg /
In Zusammenarbeit mit dem Service Sports der Stadt Luxemburg

MARS / MÄRZ

Relais pour la vie

En mars 2022, des équipes de 20 à 40 personnes vont se relayer en marchant ou en courant à tour de rôle. Que cette personne coure ou marche n'a aucune importance, ce qui compte, c'est de participer et de témoigner ainsi de sa solidarité envers les patients atteints d'un cancer. / *Bei dieser Veranstaltung im März 2022 wechseln sich 20-40 Läufer starke Mannschaften beim Laufen und Gehen ab. Ob die Person läuft oder geht ist nur zweitrangig, die Teilnahme und das Mitgefühl den Krebspatienten gegenüber stehen im Vordergrund.*

Postlaf

Course à pied non-compétitive de 10 km sur la «Cloche d'or» Gasperich et dans ses environs. / *Freizeitlauf von 10km auf der "Cloche d'or" Gasperich und in seiner Umgebung.*

AVRIL /APRIL

DKV Urban Trail

Course à pied à travers la Ville de Luxembourg et ses sites touristiques. / *Lauf durch die Stadt Luxemburg und ihre Sehenswürdigkeiten.*

Journée d'action / ***Aktionstag***
Multi-Handi-Sports

Démonstrations et workshops "handisport" au centre-ville avec différentes associations oeuvrant dans le domaine des besoins spécifiques. /

„Behindertensport" -Vorführungen und -Workshops im Stadtzentrum mit verschiedenen Vereinigungen die im Bereich der spezifischen Bedürfnisse tätig sind.

MAI

COSL Spillfest

Le COSL Spillfest, organisé en collaboration avec les clubs et les fédérations sportifs à Kockelscheuer. / *Das COSL Spielfest findet in Zusammenarbeit mit den Sportverbänden und Vereinen statt.*

ING Night Marathon Luxembourg

La 17e édition du marathon de nuit sur le territoire de la Ville se déroulera le 28 mai 2022. Elle comprend un marathon (42,195 km), un semi-marathon (21 km), une course d'entreprises (5 km), un Team Run, le Roll & Run ainsi qu'un Mini-Marathon (4,2 km) et Mini-Mini-Marathon (1 km) pour enfants. / *Die 17. Ausgabe des Night-Marathon in der Stadt Luxemburg findet am 28. Mai 2022 statt. Sie besteht aus einem Marathon (42,195km), einem Halbmarathon (21km), einem Firmenlauf (5km), einem Team Run, dem Roll & Run sowie einem Mini-Marathon (4,2km) und Mini-Mini-Marathon (1km) für Kinder.*

JUIN / JUNI

Rencontres sans frontières /
Begegnungen ohne Grenzen

Grand tournoi de football et beach-volley, composé d'équipes multi-nationales, qui aura lieu au complexe sportif Boy Konen à Cessange. L'événement sportif combiné à une fête interculturelle favorise l'intégration et le brassage des cultures par le biais du sport. / *Großes Fussball- und Beachvolleyturnier auf dem Sportkomplex Boy Konen in Cessange bei dem Mannschaften aus verschieden Nationen zusammengesetzt werden. Dieses Turnier ist mit einem multikulturellen Fest verbunden um so die Intergration und das Zusammentreffen verschiedener Nationen durch den Sport zu fördern.*

Mission Nichtrauchen

Dans le cadre de la campagne « Mission Nichtrauchen » de la Fondation Cancer, le Service Sports animera des ateliers sportifs sur la Place Guillaume II au centre-ville. / *Im Sinne der „Mission Nichtrauchen" der Fondation Cancer organisiert der Service Sports zahlreiche Sportaktivitäten auf der Place Guillaume II im Stadtzentrum.*

JUILLET / JULY

JP Morgan City Jogging

Les amateurs du jogging, du Nordic-Walking et du Walking auront la possibilité d'emprunter le circuit de 10 km à travers la ville et ses sites touristiques. Le départ et l'arrivée de cette course non-compétitive auront lieu le 03 juillet 2022 à la Coque au Kirchberg. / *Die Jogging-, Nordic-Walking- und Walkingbegeisterten können einen 10km langen Lauf oder Spaziergang durch die Stadt und entlang ihrer Sehenswürdigkeiten machen. Start und Ziel dieses Freizeit-Laufes sind am 03. Juli 2022 bei der Coque auf dem Kirchberg.*

SEPTEMBRE / SEPTEMBER

Skoda Tour de Luxembourg

Le départ et l'arrivée de la 82e édition du Tour de Luxembourg auront lieu à Luxembourg-Ville. / *Der Start und das Ziel der 82. Ausgabe des Tour de Luxembourg finden in Luxemburg-Stadt.*

BGL BNP Paribas Luxembourg Open

Le tennis féminin sera à nouveau présent au CK Kockelscheuer. Des joueuses de grande renommée figureront à l'affiche. / *Das Frauentennis trifft sich wieder in CK Kockelscheuer. Bekannte Tennisspielerinnen werden wieder zu bewundern sein.*

5

PLAN / LAGEPLAN

HALLS SPORTIFS ET OMNISPORTS, SALLES DE GYMNASTIQUE

1	Beggen	26, rue de Rochefort	4796-2477
32	Bonnevoie	42, rue J.-F. Gangler	4796-3021
31	Bonnevoie	6, rue J.B. Gellé	4796-2593
22	Bonnevoie	54, rue du Verger	4796-2787
09	Cents	1a, bd Charles Simonis	4796-2797
34	Cessange	12, rue St Joseph	4796-2416
35	Clausen	39, Montée de Clausen	4796-4440
2	Dommeldange	151, rue Nic Hein	4796-3048
5	Eich / Mühlenbach	151, rue de Mühlenbach	4796-6964
10	Cents	Rue Léon Kauffman	4796-2791
29	Gare	17, rue Michel Welter	4796-1
28	Gare	29, rue de Strasbourg	4796-3444
33	Gasperich	4, rue G. Rossini	4796-2793
17	Hamm	157, rue de Hamm	4796-2410
26	Hollerich	32, r. Emile Lavandier	4796-1
24	Hollerich	rue de l'Abattoir	4796-1
3	Kiem	40, bd Pierre Frieden	4796-3177
6	Limpertsberg	47a, rue Ermesinde	4796-4632
20	Merl	62, bd M. Cahen	4796-2594
14	Centre sportif Merl / Belair	14, rue d'Ostende	4796-4980
8	Rollingergrund	239, r. de Rollingergrund	4796-3116
11	Stade Josy Barthel	rue du Stade	4796-3243
15	Badanstalt	12, rue des Bains	4796-2550

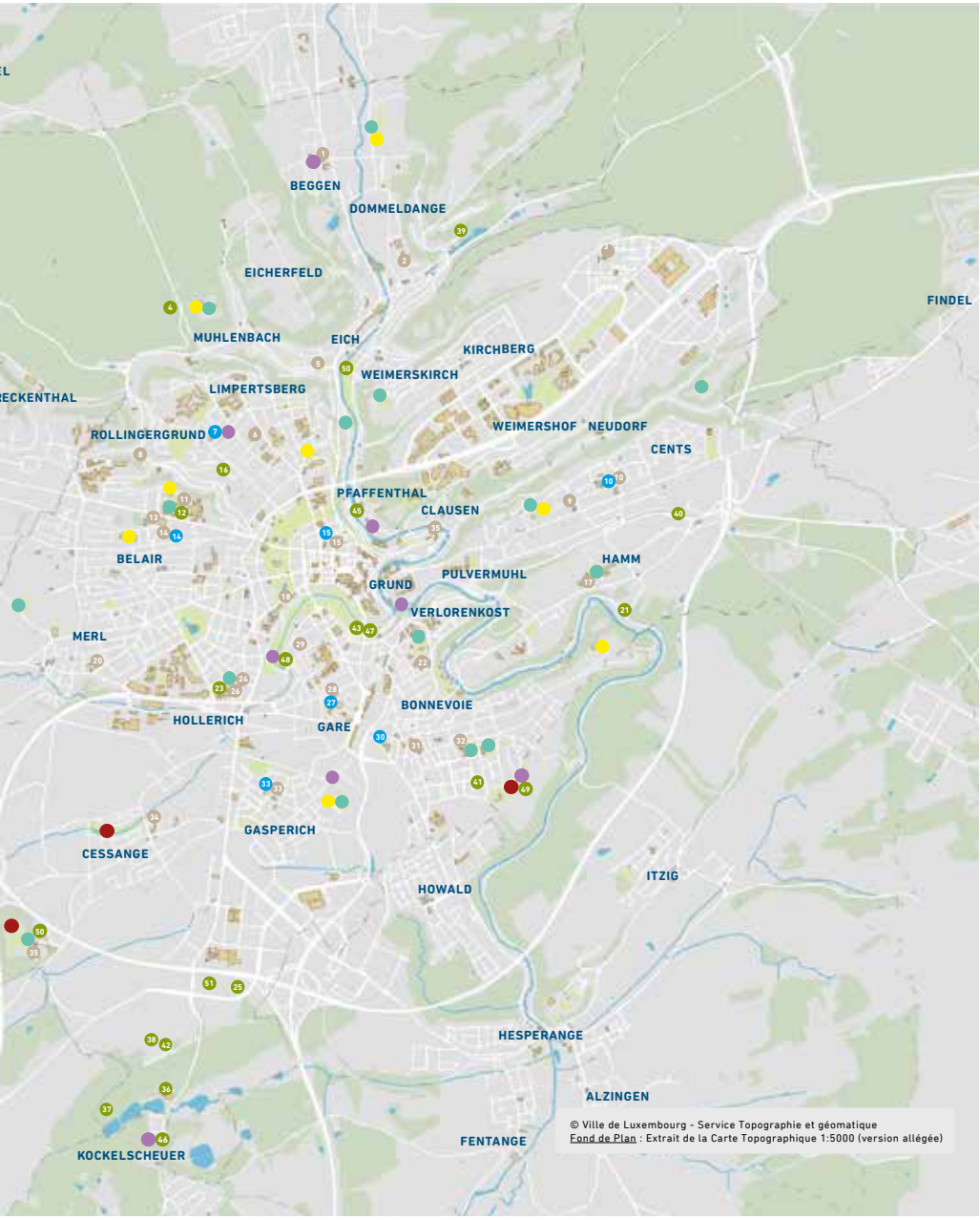
PISCINES ET BASSINS D'APPRENTISSAGE

30	Bonnevoie	30, rue Sigismond	4796-3471
15	Centre „Badanstalt"	12, rue des Bains	4796-2550
27	Gare	20, rue du Commerce	4796-2377
33	Gasperich	4, rue G. Rossini	4796-2719
7	Limpertsberg	3, rue Batty Weber	4796-2417
14	Centre sportif Belair	14, rue d'Ostende	4769-4982
10	Cents	Rue Léon Kauffman	4796-2180

TERRAINS DE SPORT, CENTRES SPORTIFS ET DE LOISIRS ET AUTRES INSTALLATIONS SPORTIVES

4	Baumbusch, Centre sportif et de loisirs		
35	Cessange, Terrains de sport Boy Konen	5, rue des Sports	4796-2880
37	Kockelscheuer, Centre sportif et de loisirs		
38	Kockelscheuer, Minigolf		44 05 32
36	Kockelscheuer, Patinoire		46 74 65
18	Résidence d'accueil	G.-D. Joséphine-Charlotte (Konviktsgaart),	
	Salle de gymnastique,	11, av. Marie-Thérèse	25 06 50-1
25	Service Sports de la Ville de Luxembourg	90, bld de Kockelscheuer	4796-2583
23	Skate Park	5, rue de l'Abattoir	44 83 47
12	Stade Josy Barthel	route d'Arlon	4796-2462
21	Schleifmühle	Club house kayak	36 62 27
39	Dommeldange	rue J. Deventer	
40	Cents / Hamm	val de Hamm / rte de Remich	
42	Kockelscheuer	Camping Kockelscheuer	
41	Bonnevoie	rue Lamboray	
16	Limpertsberg	rue Joseph Hansen	
48	Skatepark Péitruss	Rue St Quirin / Vallée de la Pétrusse	
45	Boulder	12, rue du Pont / Pfaffenthal	
46	Parc de Fitness en plein air	Kockelscheuer (P&R)	
47	Parc de Fitness en plein air	Rue du St Quirin / Vallée de la Pétrusse	
48	Parc de Fitness en plein air	Pétrusse-Grund / rue d'Anvers	
49	Parc de Fitness en plein air	Bonnevoie-Kaltreis / bd Kaltreis	
50	Bike Park Boy Konen	Cessange / 5, rue des Sports	
51	Stade De Luxembourg	100, bld de Kockelscheuer	4796-2583

- Terrains de football
- Terrains de tennis
- Terrains de beach-volley
- Terrains multisports



Plan consultable sur : / Lageplan abrufbar unter: www.topographie.lu

HEIM
GÄSTE
007

6

INFRASTRUCTURES SPORTIVES /
SPORT-INFRASTRUKTUREN

La Ville de Luxembourg compte un grand nombre d'infrastructures sportives réparties sur l'ensemble du territoire de la capitale qui vous sont présentées sur les pages suivantes :

- Halls sportifs et omnisports, salles de gymnastique p. 55
- Piscines et bassins d'apprentissage p. 57
- Terrains de football p. 60
- Terrains de tennis p. 62
- Terrains multisports p. 62
- Centres sportifs et de loisirs et autres installations sportives p. 63
- Parcours Fitness, promenades et pistes cyclables p. 66

Pour un aperçu général des infrastructures, veuillez-vous référez à la page 50.

Leur maintien dans un bon état est un souci majeur de la Ville. À côté des activités organisées dans le cadre du programme « Sports pour tous », ces infrastructures sont utilisées par les associations sportives locales et les écoles.

Die Stadt Luxemburg verfügt, in den verschiedenen Stadtvierteln, über zahlreiche Sportinfrastrukturen, die Ihnen auf den folgenden Seiten vorgestellt werden:

- *Sporthallen und Gymnastikräume S. 55*
- *Schwimmbäder und Lernschwimmbecken S. 57*
- *Fußballfelder S. 60*
- *Tennisplätze S. 62*
- *Sportplätze für unterschiedliche Sportarten S. 62*
- *Sport- und Freizeitzentren und andere Sportanlagen S. 63*
- *Fitnessparcours, Wander- und Fahrradwege S. 66*

Eine Komplettübersicht der einzelnen Infrastrukturen finden Sie auf der Planseite 50.

Damit Sportvereine, Schulen und natürlich auch die Teilnehmer des Programms „Sports pour tous" diese Infrastrukturen nutzen können, bemüht sich die Stadt sehr um deren Instandhaltung.

6.1 HALLS SPORTIFS ET OMNISPORTS, SALLES DE GYMNASTIQUE / SPORTHALLEN UND SPORTSÄLE

Beggen
Hall omnisports
26, rue de Rochefort
T 4796-2477

Cents
Hall omnisports
1a, bd Charles Simonis
T 4796-2583

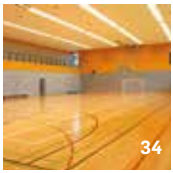
Bonnevoie
Salle de gymnastique
6, rue J. B. Gellé
T 4796-2593

Cents
Hall omnisports
rue Léon Kauffman
T 4796-2180

Bonnevoie
Hall omnisports
42, rue J.-F. Gangler
T 4796-3021

Clausen
Hall omnisports
39, Montée de Clausen

Bonnevoie
Salle de gymnastique
54, rue du Verger
T 4796-2787



Cessange
Hall omnisports
12, rue St Joseph
T 4796-2416

Centre-Ville
Résidence d'accueil
G.-D. J.- Charlotte
(Konviktsgaart)
Salle de gymnastique
11, av. Marie-Thérèse
T 25 06 50 -1

Dommeldange
Hall omnisports
10, rue Nic Hein
T 4796-3048

Centre-Ville
« Badanstalt » -
Salle de gymnastique
12, rue des bains
T 4796-2550

Eich / Mühlenbach
Salle de gymnastique
151, rue de
Mühlenbach
T 4796-6964

Gare
Salle de gymnastique
17, rue Michel Welter
T 691 98 08 39

Kiem
Hall Omnisports
40, bd Pierre Frieden
T 4796-3177

Gare
Hall omnisports
rue de Strasbourg
T 4796-3444

Limpertsberg
Centre sportif
Culturel et scolaire
« Tramsschapp »
47a, rue Ermesinde
T 4796-4632

Gasperich
Hall omnisports
4, rue G Rossini
T 4796-2793

Merl
Hall sportif
Adam Roberti
62, bd M Cahen
T 4796-2594

Hamm
Hall omnisports
157, rue de Hamm
T 4796-2410

Merl / Belair
Complexe sportif
Centre des Sports
14, rue d'Ostende
T 4796-4980

Hollerich
Salle de gymnastique
32, r Emile Lavandier
T 691 98 67 66

Rollingergrund
Salle de gymnastique
239, rue de
Rollingergrund
T 4796-3116

Hollerich
Salle de gymnastique
rue de l'Abattoir
T 4796-1

Stade Josy Barthel
Hall omnisports
rue du Stade
T 4796-3243

6.2 PISCINES ET BASSINS D'APPRENTISSAGE / SCHWIMMBÄDER UND LERNSCHWIMMBECKEN

TARIFS (EN €)		PREISE (IN €)	
Piscine (natation sans leçon)		*Schwimmbecken (ohne Lehrkurs)*	
Adultes (à partir de 15 ans accomplis)		*Erwachsene (ab 15 Jahren)*	
le billet	3,40 €	*Einzelbillet*	*3,40 €*
le carnet de 10 billets	30,00 €	*Heft mit 10 Eintritten*	*30,00 €*
Enfants (à partir de 3 ans accomplis)		*Kinder (ab 3 Jahren)*	
le billet	1,70 €	*Einzelbillet*	*1,70 €*
le carnet de 10 billets	15,00 €	*Heft mit 10 Eintritten*	*15,00 €*
Enfants de moins de 3 ans (gratuits)		*Kinder unter 3 Jahren (Eintritt frei)*	
Sauna		*Sauna*	
le billet	12,50 €	*Einzelbillet*	*12,50 €*
le carnet de 10 billets	106,00 €	*Heft mit 10 Eintritten*	*106,00 €*
Solarium		*Solarium*	
le jeton (3 minutes)	1,00 €	*Wertmarke (3 Minuten)*	*1,00 €*
Divers		*Verschiedenes*	
Location d'un essuie-mains	0,70 €	*Handtuchverleih*	*0,70 €*
Location d'un drap de bain	1,70 €	*Badetuchverleih*	*1,70 €*
Location d'un peignoir	3,50 €	*Bademantelverleih*	*3,50 €*
Savon	0,15 €	*Seife*	*0,15 €*

Une réduction de 50 % sur les tarifs applicables aux différentes catégories de bains est accordée aux personnes qui, pour des raisons sociales, sont titulaires d'une carte de priorité ou d'invalidité délivrée par le Ministère de l'Intérieur qui sont bénéficiaires d'une carte de libre parcours sur le réseau des autobus de la ville ou aux jeunes de plus de 15 ans qui détiennent la « Carte jeune ».

Folgende Personen haben Anspruch auf einen Preisnachlass von 50% auf die unterschiedlichen Badeangebote (Schwimmen, Duschen, Sauna), Personen, die im Besitz einer Prioritäts- oder Invalidenkarte sind, die vom Innenmististerium ausgestellt wurde, Personen, die aus sozialen Gründen im Besitz einer Fahrkarte für städtische Busse sind, Jugendliche über 15 Jahre, die im Besitz einer „Carte jeune" sind.

ÉTABLISSEMENT DES BAINS DU CENTRE «BADANSTALT» / STÄDTISCHES BAD „BADANSTALT"

Centre «Badanstalt» 12, rue des Bains
T 4796-2550

Le centre de relaxation «Badanstalt» destiné à la relaxation et au bien-être comprend un bassin de natation avec whirlpool et jets d'eau, des plages de repos, deux cabines sauna, un bain turc, des solariums, un whirlpool séparé de 36 °C, des salles de massage, une salle de fitness, un bar près de la piscine, des bains-douches et baignoires.

Die „Badanstalt" ist ein Ort zum Entspannen und Wohlfühlen. Hier findet man sowohl ein Schwimmbecken mit Massagedüsenstation, Wasserstrahl und -pilz als auch ein separater Whirlpool von 36° vor. Die Saunaoase besteht aus zwei Saunen, einem türkischen Bad, Solarien, einer Ruhe-Ecke und Massageräumen. Desweiteren stehen ein Fitnessraum mit Geräten, eine Sonnenwiese, eine Poolbar sowie Duschen und Badewannen zur Verfügung.

HORAIRES / ÖFFNUNGSZEITEN

Bassin de natation / *Schwimmbecken*

Lu / *Mo*	fermé / *geschlossen*
Ma - Ve / *Di - Fr*	8.00 - 21.30
Sa / *Sa*	8.00 - 20.00
Di / *So*	8.00 - 12.00

Sauna / *Sauna**

Lu / *Mo*	fermé / *geschlossen*	
Ma / *Di*	8.00 - 11.00	dames / *Damen*
	11.00 - 21.30	mixte / *gemischt*
Me / *Mi*	8.00 - 12.00	dames / *Damen*
	12.00 - 21.30	mixte / *gemischt*
Je / *Do*	8.00 - 11.00	hommes / *Herren*
	11.00 - 14.30	mixte / *gemischt*
	14.30 - 21.30	dames / *Damen*
Ve / *Fr*	8.00 - 21.30	mixte / *gemischt*
Sa / *Sa*	8.00 - 20.00	mixte / *gemischt*
Di / *So*	8.00 - 12.00	mixte / *gemischt*

La fermeture de la caisse se fera une heure avant la fermeture de la piscine. Les clients doivent quitter la zone sauna et les bassins de natation une demi-heure avant la fermeture.
Die Kasse schliesst eine Stunde vor Schliessung des Schwimmbades. Die Kunden müssen eine ½ Stunde vor Schluss den Becken- und Saunabereich verlassen.

Massage (max. 25 minutes) **21,00 €**

* ne sera dispensé qu'aux clients du sauna à la Badanstalt uniquement et dans la mesure où l'effectif du personnel le permet.

Massage (max. 25 Minuten) ***21,00 €***

** ist ausschließlich den Benutzern der Sauna in der Badanstalt vorbehalten, vorausgesetzt, es ist Personal verfügbar*

Bains-douches, baignoires

Lu / *Mo*	fermé / *geschlossen*
Ma - Ve / *Di - Fr*	8.00 - 20.00
Sa / *Sa*	8.00 - 19.00
Di / *So*	8.00 - 11.00

PISCINE MUNICIPALE DE BONNEVOIE / STÄDTISCHES SCHWIMMBAD BONNEVOIE

Bonnevoie 30, rue Sigismond
T 4796-3471

La piscine municipale de Bonnevoie comprend un grand bassin de natation (longueur : 25 m - profondeur : 1,80 - 3,80 m), un petit bassin (longueur : 12,5 m - profondeur : 0,65 - 1,25 m), une salle de musculation sans instruction par un moniteur, un sauna, quatre solariums et une cafétéria.
Das städtische Schwimmbad Bonneweg verfügt über ein großes Schwimmbecken (Tiefe: 1,80 - 3,80 M), ein kleines Schwimmbecken (Tiefe: 0,65 - 1,25 M), einen Muskulationsraum ohne Anweisung durch einen Fitnesstrainer, eine Sauna, vier Solarien und eine Cafeteria.

HORAIRES / ÖFFNUNGSZEITEN

Grand bassin (6 couloirs) / *Grosses Becken (6 Bahnen)*

Lu / *Mo*	8.00 - 21.00
Ma / *Di*	6.45 - 21.00
Me / *Mi*	fermé / *geschlossen*
Je / *Do*	6.45 - 21.00
Ve / *Fr*	8.00 - 21.00
Sa / *Sa*	8.00 - 21.00
Di / *So*	8.00 - 12.00

Petit bassin / *Kleines Becken*

Lu / *Mo*	12.00 - 14.30 / 15.30 - 21.00
Ma / *Di*	7.00 - 8.30 / 12.00 - 21.00
Me / *Mi*	fermé / *geschlossen*
Je / *Do*	7.00 - 8.30 / 12.00 - 21.00
Ve / *Fr*	12.00 - 14.30 / 15.30 - 21.00
Sa / *Sa*	8.00 - 21.00
Di / *So*	8.00 - 12.00

Le bassin est fermé pendant les cours. Das Becken ist während den Kursen geschlossen.

Leçons de natation / *Schwimmkurse*

Billet adulte par leçon / *Erwachsene pro Stunde*	5 €
Billet enfant par leçon / *Kinder pro Stunde*	3 €

Sauna / *Sauna**

Lu / *Mo*	8.00 - 11.30	dames / *Damen*
	11.30 - 21.00	mixte / *gemischt*
Ma / *Di*	8.00 - 11.30	hommes / *Herren*
	11.30 - 14.30	mixte / *gemischt*
	14.30 - 21.00	dames / *Damen*
Me / *Mi*	fermé / *geschlossen*	
Je / *Do*	8.00 - 11.30	hommes / *Herren*
	11.30 - 14.30	mixte / *gemischt*
	14.30 - 21.00	dames / *Damen*
Ve / *Fr*	8.00 - 11.30	dames / *Damen*
	11.30 - 14.30	mixte / *gemischt*
	14.30 - 21.00	hommes / *Herren*
Sa / *Sa*	8.00 - 11.30	dames / *Damen*
	11.30 - 21.00	mixte / *gemischt*
Di / *So*	8.00 - 12.00	mixte / *gemischt*

Fermeture de la caisse une heure avant la fermeture de la piscine. Les clients doivent quitter les bassins de natation et la zone sauna une demi-heure avant la fermeture. Die Kasse schließt eine Stunde vor Schluss. Die Kunden müssen eine 1/2 Stunde vor Schluss den Becken- und Saunabereich verlassen haben.

AUTRES PISCINES ET BASSINS D'APPRENTISSAGE / ANDERE SCHWIMMBÄDER UND LERNSCHWIMMBECKEN

Merl / Belair
Complexe sportif | Centre des Sports
14, rue d'Ostende
T 4796-4980
Horaires : / *Öffnungszeiten:*
Sa / *Sa* 10.00-18.00
Di / *So* 08.00-12.00

Limpertsberg
3, rue Batty Weber
T 4796-2417

Cents
Rue Léon Kauffman
T 4796-2791

Gare
20, rue du Commerce
T 4796-2377

Gasperich
4, rue G Rossini
T 4796-2719

6.3 TERRAINS DE FOOTBALL / FUSSBALLFELDER

Beggen, Stade
terrain de football / 105x68 m / tribune couverte+gradins / terrain de football synthétique / 100x60 m / Salle de réunion
rue Henri Dunant / L-1426 Luxembourg-Beggen / T 43 74 23 / 24

Belair, Stade Josy Barthel
terrain de football / 105x68 m / tribune couverte+gradins / terrain de football synthétique / piste d'athlétisme 6 couloirs aire de lancer / sauna / sauts / buvette
route d'Arlon / L-2547 Luxembourg-Belair
T 4796-2462

Bonnevoie, Stade Camille Polfer
terrain de football / tribune couverte+gradins / club-house
rue Demy Schlechter / L-2521 Luxembourg-Bonnevoie / T 48 37 97

Bonnevoie, terrain de football
terrain de football
rue J. A. Müller L-2169 Luxembourg-Bonnevoie / T 48 37 97

Cents, terrain de football
terrain de football / 100x64 m / club-house
rue Tawioun L-2612 Luxembourg-Cents
T 43 22 23

Cessange, terrains de Sport Boy Konen
terrains de football herbe et synthétique (100x60 m), terrains de rugby et de hockey synthétiques / terrains beach / aire de lancer / club-house / salle de musculation
5, rue des Sports L-2548 Luxembourg-Cessange / T 4796-2880

Gasperich, Stade Emile Bintner
terrain de football synthétique / 100x64m / club-house
rue Jaques Stas L-2549 Luxembourg-Gasperich / T 48 9263

Hamm, Stade Hans Sowa
terrain de football / 100x64m / salle de musculation / club-house
rue de Hamm L-1713 Luxembourg-Hamm / T 4796-2410

Hamm, terrain 2
terrain de football synthétique
rue de Hamm L-1713 Luxembourg-Hamm / T 4796-2410

Hollerich, terrain de football synthétique
rue de l'Abattoir L-1111 Luxembourg-Hollerich / T 49 07 59

Kockelscheuer, Stade National de Football et de Rugby, Stade De Luxembourg
Terrain de football et de rugby / 117x72m / 9.353 places assises couvertes / business-club
100, boulevard de Kockelscheuer
L-1821 Luxembourg / T 4796-2583

Merl-Belair, Stade Prince Jean
terrain de football synthétique / 105x70m / tribune couverte + gradins / club-house
rue de Strassen L-2555 Luxembourg-Merl / T 44 14 75

Mühlenbach, Stade Mathias Mamer
Centre sportif Baumbusch
terrain de football / 101x64m / tribune + gradins / club-house
rue de Bridel L-1264 Luxembourg-Baumbusch / T 22 97 40

Neudorf, Stade Henri Funck
terrain de football / boulodrome / terrain de dressage pour chiens de garde
rue du Grünewald
L-1912 Luxembourg-Neudorf / T 42 70 47

Pfaffenthal, Stade Gaston Diderich
terrain de football synthetique/ 102x60m / tribune couverte / club-house
100, rue Laurent Menager L-2143 Luxembourg-Pfaffenthal / T 43 32 09

Verlorenkost, Stade Achille Hammerel
terrain de football / 105x68m / tribune couverte + gradins / salle de réunion / club-house
rue Auguste Lumière L-1950 Luxembourg-Verlorenkost / T 48 34 98

Weimerskirch, Stade Gust Jacquemart
terrain de football et de rugby / 100x64m
Um Riedgen L-2673 Luxembourg-Weimerskirch / T 43 20 22

6.4 TERRAINS DE TENNIS / TENNISPLÄTZE

Bambësch - Tennis Spora
4 courts grain court (indoor) / 5 terrains en terre battue (plein air) / 2 terrains synthétiques / 1 court central / 1 club-house / allée des Présidents / L-2018 Luxembourg-Baumbusch / T 46 15 51

Beggen - Tennis Club Beggen
2 terrains en matière synthétique / 1 club-house / rue Henri Dunant / L-1426 Luxembourg-Beggen / T 26 33 17 50

Belair - Tennis Club des Arquebusiers
5 courts en matière bros slide (indoor) / 7 terrains en terre battue (plein air) (propriété club) / 2 terrains en terre battue / 1 mur d'entraînement / 1 restaurant + salle de réunion / val Ste Croix / L-1370 Luxembourg-Belair / T 44 50 37

Belair - Tennis Club Stade
2 courts tapis (indoor) / 4 terrains en terre battue (plein air) / 2 terrains synthétiques / 1 club-house / bd Napoléon 1er L-2210 Luxembourg-Belair / T 45 16 10

Bonnevoie - Tennis Club Bonnevoie
4 courts en matière synthétique (indoor) 7 terrains en terre battue (plein air) / 4 terrains Mini-Tennis / 1 club-house / rue Anatole France / L-1530 Luxembourg-Bonnevoie / T 49 65 95

Cents - Tennis Club Fetschenhaff Cents
2 terrains synthétiques (plein air) / 1 club-house / rue Tawioun / L-2612 Luxembourg-Cents / T 26 43 12 07

Gasperich - Tennis Club Gasperich
2 terrains synthétiques indoor / 3 terrains synthétiques outdoor / 1 club-house / rue Jacques Stas / L-2549 Luxembourg-Gasperich / T 40 41 96

Limpertsberg - Tennis Club Smash
2 terrains en terre battue / 1 club-house bd Paul Eyschen L-1480 Luxembourg

6.5 TERRAINS MULTISPORTS / SPORTPLÄTZE FÜR UNTERSCHIEDLICHE SPORTARTEN

Beggen, rue de Marche
Bonnevoie, bd Kaltréis
Cents, rue Rosmarie Kieffer
Dommeldange, rue Mongenast-Servais
Gare, Vallée de la Pétrusse / rue d'Anvers
Gasperich, Muehlenweg
Grund, Biisserwee
Hamm, rue Thomas Byrne
Gasperich, rue Gioacchino Rossini
Kirchberg, rue des Maraîchers
Kockelscheuer, route de Bettembourg
Laval's Parc, rue Laurent Ménager
Merl, rue A. Roberti
Neudorf, rue Louise Michel
Pfaffenthal, Parc Odendall / rue Vauban
Rollingergrund, rue Rollingergrund
Limpertsberg, rue Batty Weber

6.6 CENTRES SPORTIFS ET DE LOISIRS, ET AUTRES INSTALLATIONS SPORTIVES / SPORT- UND FREIZEITZENTREN, SOWIE ANDERE SPORTINFRASTRUKTUREN

SKATE PARK

5, rue de l'Abattoir / ᴛ 44 83 47

Horaires / *Öffnungszeiten*

Lu - Je / *Mo - Do*	11.00 - 22.00
Ve - Sa / *Fr – Sa*	11.00 - 23.00
Di / *So*	11.00 - 20.00

Tarifs (en €) / *Tarife (in €)*

- Entrée simple / *Einzelbillet*	1,00 €
- Abonnement annuel / *Jahresabonnement*	20,00 €

- Classes scolaires / *Schulklassen* 29,50 € / heure - matin / *Stunde – morgens*
- Location Skateboard, Scooter, Inline Skates / *Verleih Skateboard, Scooter, Inline Skates*
- Location piste / *Miete der Piste* sur demande / *auf Anfrage*

Ouvert toute l'année / *Offen das ganze Jahr*.

PATINOIRE DE KOCKELSCHEUER

42, route de Bettembourg / ᴛ 46 74 65
info@kockelscheuer.com, www.kockelscheuer.com, www.facebook.com/PatinoireDeKockelscheuer

La Patinoire est ouverte du 15 septembre au 15 avril.
Die Eissporthalle ist vom 15. September bis zum 15. April geöffnet.

Horaires d'ouverture / *Öffnungszeiten*

Lu / *Mo*	16.00 - 21.00
Lu / *Mo* (pdt vacances scolaires / *während den Schulferien*)	14.00 - 21.00
Ma – Je / *Di – Do*	12.00 - 21.00
Ve / *Fr*	12.00 - 23.00
Sa / *Sa*	10.00 - 23.00
Di / *So*	10.00 - 21.00

Tarifs (en €) / *Tarife (in €)*

- Adultes / *Erwachsene*	4,00 €
- Jeunes (<15 ans) / *Jugendliche (<15 Jahre)*	3,00 €
- Adultes (carnet 10 entrées) / *Erwachsene (Heft 10 Eintritte)*	34,00 €
- Jeunes (carnet 10 entrées) / *Jugendliche (Heft 10 Eintritte)*	26,00 €
- Location patins / *Schlittschuhverleih*	3,00 €

Adultes / *Erwachsene* – Abonnement
105 € (1) 90 € (2) 75 € (3)
Jeunes / *Jugendliche* – Abonnement
90 € (1) 75 € (2) 60 € (3)

Valable à partir du (1) 15 septembre (2) 1er novembre (3) 15 décembre /
Gültig ab (1) 15. September (2) 1. November (3) 15. Dezember

Pour toutes informations supplémentaires : /
Für alle weiteren Informationen:
www.kockelscheuer.com

AUTRES INSTALLATIONS SPORTIVES / ANDERE SPORTINFRASTRUKTUREN

Bambësch

Centre sportif et de loisirs

Kockelscheuer
Stade de Luxembourg
Stade National de Football et de Rugby
100, bld de Kockelscheuer
T 4796-2583

Kockelscheuer

Centre sportif et de loisirs

Schleifmühle

Club house kayak
T 36 62 27

Kockelscheuer
Minigolf à proximité du Camping

Kockelscheuer / T 44 05 32

Dommeldange
Terrains de Pétanque

rue J Deventer

Service Sports
Ville de Luxembourg

90, bld de Kockelscheuer
L-1821 Luxembourg
T 4796-2583

Cents / Hamm
Terrains de Pétanque

val de Hamm /
rte de Remich

Stade Josy Barthel

route d'Arlon
T 4796-2462

Kockelscheuer

Terrains de Pétanque
Camping Kockelscheuer

Bonnevoie
Terrains de Pétanque

rue Lamboray

Terrains de beach-volley
Bonnevoie (boulevard Kaltréis), Cessange (rue Ausone), Cessange (rue des Sports)

Kockelscheuer
Terrain de golf
18, route de Bettembourg
Lux Golf Center S.A.
T 2648-0874

Vallée de la Pétrusse

Skatepark Péitruss
rue Saint Quirin

Pfaffenthal

Boulder
12, rue du Pont

Cessange
Complexe sportif Boy Konen

terrains de football / terrain de hockey / terrain de rugby / terrains de beach-volley / aire de lancer / salle de musculation / Bike Park
5, rue des Sports / T 4796-2880

Cessange
Bike Park Boy Konen

5, rue des Sports
T 4796-2880

6.7 PARCOURS FITNESS, PROMENADES, PISTES CYCLABLES / FITNESSPARCOURS, WANDER- UND FAHRRADWEGE

À l'intention des personnes adeptes des activités en plein air (jogging, walking, nordic walking, footing) la Ville de Luxembourg a aménagé des pistes et sentiers aux centres sportifs et de loisirs du «Baumbusch» et de Kockelscheuer. Des parcours fitness existent également à Cents et à Schleifmillen. Les sportifs pratiquant le jogging peuvent utiliser les vestiaires installés au centre sportif et de loisirs «Baumbusch» de 7.00 à 22.00 heures en été et de 8.00 à 20.00 heures en hiver (du dernier week-end du mois de septembre au dernier week-end du mois de mars).

Die Stadt Luxemburg hat eine Vielzahl von Pisten und Wegen in den Sportzentren „Baumbusch" und „Kockelscheuer" angelegt um alle Liebhaber der Aktivitäten an der frischen Luft (Jogging, Walking, Nordic Walking, Footing) zufrieden zu stellen. Sogenannte Fitnessparcours findet man ebenfalls in Cents oder nahe der Schleifmillen. Jogger können die Umkleidekabinen nahe des Sportzentrums „Baumbusch" im Sommer von 7:00 bis 22:00 und im Winter (letztes Wochenende September bis letztes Wochenende März) von 8:00 bis 20:00 nutzen.

PARCOURS FITNESS

Baumbusch

Circuit de 2,4 km | 18 agrès

Point de départ: Parking vis-à-vis du Centre sportif et de loisirs Baumbusch, rue de Bridel

Kockelscheuer

Circuit de 2,75 km | 14 agrès

Points de départ: Parking P&R Kockelscheuer ou aire de jeu derrière le CK Sport Center

Schleifmillen

Circuit de 2,8 km | 18 agrès

Points de départ: Parking près de la cité jardinière, rue Anatole France

Cents

Circuit de 2,4 km | 13 agrès

Points de départ: Parking Rue de Trèves, en contrebas de l'Institut National des Sports

PROMENADES

Au Baumbusch, vous trouvez les promenades fléchées suivantes:

Promenade Lièvre

Longueur: 4,6 km

Points de départ: Parking près du restaurant-café «Juegdschlass», Parking rue des Sept Arpents

Promenade Renard

Longueur: 4,8 km

Points de départ: Parking rond-point Bridel, Parking Biergerkräiz, Parking à gauche sur la rue de Bridel (CR 215 vers Biergerkräiz)

Promenade Érable
Longueur : 4,8 km

Points de départ : Parking Biergerkräiz, Parking près du restaurant-café « Juegdschlass », Parking rue des Sept Arpents à Muhlenbach, Parking vis-à-vis du Centre sportif et de loisirs Baumbusch (rue de Bridel)

Promenade Hibou
Longueur : 7,5 km

Points de départ : Parking près du restaurant Siwebueren (rue des Sept-Fontaines), Parking Kalekapp (près du rond-point entre Strassen et Bridel)

Promenade Découverte de la Nature
Longueur : 2,8 km

Points de départ : Parking dans la rue des Sept Arpents à Muhlenbach, Parking vis-à-vis du centre sportif et de loisirs Baumbusch(rue de Bridel)

Promenade Écureuil
Longueur : 5,3 km

Points de départ : Hamm, parking près du Crématoire (rue Haute - allée des Châtaigniers)

Promenade Martre
Longueur 6,6, km

Points de départ : Bonnevoie Parking Itzigerstee, rue Anatole France

Promenade Tillleul
Longueur 6,9 km

Points de départ : Parking rue de Pulvermuhl, rue Auguste Charles

Pistes cyclables (± 42 km)

Une partie de la piste emprunte des sentiers forestiers qui, par respect de la nature, n'ont pas été recouverts d'un nouveau tapis. Un plan de toutes les pistes cyclables est disponible à l'Hôtel de Ville et au « Bierger-Center ».

Streckenweise führt der Fahrradweg über bestehende Waldwege, die aus Respekt vor der Natur nicht neu geteert wurden. Ein Stadtplan mit den Angaben aller Radwege und der eingezeichneten Fahrradpisten liegt im Gemeindehaus und im „Bierger- Center".

Location de vélos / Fahrradverleih
8, rue Biisserwee, Grund
T-4796-2383 / 22 27 52
Infos « Vélo en ville » : velo.vdl.lu

PARC DE FITNESS EN PLEIN AIR / OUTDOOR FITNESS PARK

La Ville de Luxembourg vient d'installer plusieurs « Outdoor Fitness Park » sur le territoire de la Ville qui permettent à tous les citoyens de faire facilement et librement de l'exercice à ciel ouvert et de déterminer eux-mêmes l'intensité et la difficulté de leurs exercices. Des panneaux installés dans le parc fournissent des explications sur l'utilisation correcte du matériel ainsi que sur les parties du corps qui sont particulièrement sollicitées lors de l'exercice. Libre d'accès, ludiques, amusants et performants, les équipements des deux parcs de fitness garantissent un entraînement complet et convivial pour tous, sportifs et moins sportifs, à partir de 12 ans.

Die Stadt Luxemburg hat im Laufe der letzten Jahre mehrere „Outdoor Fitness Parks" errichten lassen die es allen Bürgern ermöglichen sich einfach und frei sportlich im Freien zu betätigen, und die Intensität und Schwierigkeit ihrer Übungen selbst zu bestimmen. Schilder mit den nötigen Erklärungen zur richtigen Nutzung der Machinen und zu den beanspruchten Körperteilen sind in den Parks angebracht. Frei zugänglich, spielerisch, amusant und performant bieten die Geräte dieser beiden Fitnessparks ein komplettes und gemütliches Training für jedermann, sportlich und weniger sportlich, ab 12 Jahren.

46

Kockelscheuer

(entre le P&R et l'aire de jeux pour enfants / *zwischen dem P&R und dem Kinderspielplatz.*)
Parc de fitness proposant 13 agrès pour des exercices cardio-vasculaires, la musculation, des exercices de coordination ou encore le stretching.
Fitnesspark mit 13 Geräten für Ausdauer-, Muskulations-, Koordinations- und Stretchingübungen.

47

Vallée de la Pétrusse (2, rue du Quirin)

Ce parc de 250 m² est composé de 12 agrès et permet la pratique de seize exercices différents.
250m² grosser Fitnesspark bestehend aus 12 Geräten die die Ausführung 16 verschiedener Übungen ermöglichen.

48. Pétrusse-Grund *(rue d'Anvers)*
49. Bonnevoie-Kaltreis *(bd Kaltreis)*
50. Parc Laval *(rue Laurent Menager)*

7

RELEVÉ DES ADRESSES DES CLUBS ET ASSOCIATIONS SPORTIVES / ADRESSENÜBERSICHT DER SPORTKLUBS UND VEREINE

ASSOCIATIONS SPÉCIFIQUES

Amicale Sportive
des Handicapés Physiques
B.P. 1751 L-1017 Luxembourg
T 26 66 57 09 T 31 34 30 (M. Schreiner)
akison@pt.lu
www.ashpl.lu

Association Luxembourgeoise du Diabète
Mme Sylvie PAQUET
143, rue de Mühlenbach L-2168 Luxembourg
T 48 53 61 / G 621 246 477
F 26 12 37 48
info@ald.lu
www.ald.lu

Association Luxembourgeoise des Groupes Sportifs pour Cardiaques

Association Luxembourgeoise
des Groupes Sportifs Oncologiques
www.sportifsoncologiques.lu

Fondation Cancer
209, route d'Arlon L-1150 Luxembourg
T 45 30 331
fondation@cancer.lu

Lux Rollers
M. Philippe FABER
5, rue Hasselbach L-9161 Ingeldorf
G 621 22 22 34
faberphi@gmail.com
www.luxrollers.com

Multiple Sclérose Lëtzebuerg - MSL
Mme Anne LEURS
48, rue du Verger L-2665 Luxembourg
T 26 61 05 56
info@msl.lu

Muspolux « Les Mutilés Sportifs »

ZAK! Zesummen Aktiv
Mme Danièle FLAMMANG-PAULY
52, rue de Mamer L-78081 Bertrange
G 661 453 963
dpauly@hotmail.com

Les enfants du soleil

ALPINISME & ESCALADE SPORTIVE

Boulder Klub Luxembourg
Mme Annik GOERENS
10, rue des Sept Arpents L-1139 Luxembourg
G 621 782 605
info@bkl.lu
www.bkl.lu

Groupe Alpin Luxembourgeois
www.groupealpin.lu

Vertical Sports Luxembourg
www.climbing.hot.lu

ARTS MARTIAUX

Aïkido Beggen a.s.b.l.
www.fnal.lu
info@fnal.lu

Aïkido Club Luxembourg
B.P. 2155 L-1021 Luxembourg
T 48 25 53 (dojo INS)
aikido@pt.lu
www.aikidoluxembourg.lu

Aikibudo Katori Shinto Ryu Luxembourg
M. Alain RODERMANN
G 621 513 505
aikikorlux@gmail.com
aikiksr.wisesite.com

Capoeira Team Luxembourg
M. Uelington RAMOS
138, bd de la Pétrusse L-2330 Luxembourg
G 621 196 093
info@capoeirateam.lu
www.capoeirateam.lu

Carlson Gracie Luxembourg - Brazilian Jiu Jitsu
M. Fabricio RIBEIRO DE NOVAES
5, rue de la Toison d'or L-2265 Luxembourg
G 621 698 951
carlsoncracieluxembourg@gmail.com

Club de Karate et Arts Martiaux
M. Loris MARIOTTO
551, rue de Neudorf L-2220 Luxembourg
luxbelairkc@hotmail.com

Club de Karaté de l'EU asbl

Judo et Jiu-Jitsu Club Bonnevoie
M. Sergio GONCALVES
34, rue de Montpellier L-4249 Esch/Alzette
G 621 222 832
sergio.goncalves@education.lu

Judo et Jiu-Jitsu Club des Communautés Européennes - Luxembourg
M. Nico HERMES
18, rue Vannerus L-2662 Luxembourg
G 621 24 00 85
nicohermes2610@yahoo.com
www.facebook.com/Luxjudo/

Judo et Jiu Jitsu Club Luxembourg
60, av. Victor Hugo L-1750 Luxembourg
T 47 09 55
www.judoluxembourg.lu

Karaté Club Ensho Sen Luxembourg-Cessange
wnsho_sen@pt.lu

Karaté Club Luxembourg
M. Victor LOPES DA SILVA
2, rue des lilas L-8035 Strassen
G 661 91 33 20
karateluxbg@hotmail.com

Krav Maga Luxembourg asbl

Luxembourg Academy of Kickboxing
Mme Aljona TSESNOKOVA
4, rue du 10 septembre L-4947 Hautcharage
G 691 556 125
alena.fil@mail.ru

Mudo Dojang
M. Christopher VELLA
38, Mannebacher Strasse D-54456 Tawern
T 0049 162 443 88 44
hapkimundo.lux@gmail.com

Self Defense Club Police Grand-Ducale
sdcpolice@me.com
www.selfdefense.lu

Shobukai Kendo Luxembourg
M. Dominique GERARD
36, rue de Strassen L-8094 Bertrange
G 661 632 169
gerdom@mac.com
www.shobukai.lu

Siam Taekwondo Luxembourg
M. Itthichai HASSER
32, rue des Etats-Unis L-1477 Luxembourg
G 621 16 16 08

siamtkdlux@outlook.com

Taekwondo Centre Luxembourg
M. Andrea Di IULIO
8, rue de Madrid L-8223 Mamer
G 691 510 151
tkdcentre@yahoo.com
www.taekwondoluxembourg.com

Taekwondo Club Yong Luxembourg
M. Luca DE TOMMASO
152, rue des Sources L-2542 Luxembourg
G 691 340 331
luca.detommaso@gmail.com
www.taekwondoyong.co.nr

Taijitsu Ryu Club - Police Grand-Ducale

Team alpha Boxing Club
M. Damir KRNDIC
25, rue François Lascombes L-1953 Luxembourg
G 691 793 842
damirma1992@gmail.com

ATHLÉTISME

CAL-Spora Luxembourg CSL
1, rue du Stade L-2547 Luxembourg
T 44 42 41
cslath@pt.lu | www.cslath.lu

Liichtathletik Club Lëtzebuerg
Mme Carine PARADA
9, rue Nicolas Ernest-Barbelé
L-1210 Luxembourg
G 661 140 779
lial.club@gmail.com
www.lial.lu

Triathlon Luxembourg
M. Thierry GODFRIND
39, rue Mathias Goergen L-8028 Strassen
G 621 500 853
triathlon.luxembourg@gmail.com
www.trilux.lu

AVIATION

AERO-SPORT asbl
Parking de l'Aviation Générale
Route de Trèves L-1110 Luxembourg
T 43 29 20 F 42 05 31
info@aerosport.lu
www.aerosport.lu

Aviasport asbl
Mme Karin HULSKES
Parking Aviation Générale L-1110 Luxembourg
T 43 29 20 BUREAU 4798 29503
F 42 05 31
info@aviasport.lu
www.aviasport.lu

Cercle d'Aviation Luxembourg Avialux asbl
information@avialux.lu
www.avialux.lu

Cercle Luxembourgeois de Vol à Voile
contact@clvv.lu
www.clvv.lu

Commune Aérostatique du Grand-Duché de Luxembourg
M. Claude SAUBER
BP 2 L-6101 Junglinster
G 621 247 285
csauber@binsfeld.lu
www.balloon.lu

UPL-AOPA Luxembourg
B.P. 675 L-2016 Luxembourg
T 26 33 40 63 G 621 291 213
F 26 33 40 26
info@aopa.lu
www.aopa.lu

BADMINTON

Badminton Aris Luxembourg
badminton.aris@gmail.com
www.bcaris.lu

Badminton Club Européen
M. Pierre BROCHET
48, route de Mersch L-7780 Bissen
G 691 101 170
bceuropeen@gmail.com
www.bceuropeen.net

BASKET-BALL

US Basket Racing Luxembourg
M. Berna GEORGES
30, boulevard Grande-Duchesse Charlotte
L-1330 Luxembourg
T 26 86 13
administration@racing.lu
www.racing.lu

ZAK! Zesummen Aktiv

BASCOL

Amicale Foyer

Basket KPMG Luxembourg
M. Alexandre WEINAND
39, avenue John F Kennedy L-1855 Luxembourg
G 621 87 66 74

Brown Brothers Harriman
basketballtitans@admin.bbl

Eurobasket
M. Roberto SCHIANO
26, rue des Églantiers L-8227 Mamer
T 43 03 44 52 G 621 661352
www.eurobasket.lu
https://www.facebook.com/groups/318419865013073/

EIB Basketball Club
M. Hristo STOYKOV
98-100, Boulevard Konrad Adenauer
L-2950 Luxembourg
T 43 79 87 00-5 G 621 374 945
stoykov@eib.org

Staater Léiwen
M. Laurent LEY
3, rue du Laboratoire L-1911 Luxembourg
T 4796-2412
laley@vdl.lu

BILLARD

Académie de Billard Luxembourg
M. Paul MOOTZ
34, rue Léon Kauffman L-1853 Luxembourg
T 43 62 90 G 621 77 76 01
pmootz@ipcl.lu

Billards Clubs de Luxembourg Q42
42, rue de Strasbourg L-2560 Luxembourg

BOULES & PÉTANQUE

Club Italien de Boules-Loisir
folcarellifausto@gmail.com

Club La Pétanque « Les Trois Glands »
M. Uwe WEPNER
2, rue Joseph Hansen L-1716 Luxembourg
G 621 74 75 00
uwepetanque@gmail.com

Pétanque des Faubourgs
M. René KOLLWELTER
25, rue de la Lavande L-1923 Luxembourg
G 621 218 500
pdfpetanquefaubourgs@gmail.com

BOXE

Boxing-Club « Le Gant d'Or » Luxembourg
M. Camille MAJERUS
35, rue Edouard Oster L-2272 Luxembourg
T 49 14 37 G 621 271 591 F 49 14 37
bcgantdor@gmail.com

Central Boxing Club Luxembourg
M. Roland ERPELDING
19, Luisgaass L-5681 Dalheim
T 23 66 04 36 G 691 637 352
roland.erpelding@education.lu

Sandsak - Muaythaiplaza2004

CANOË-KAYAK

Canoë-Kayak Luxembourg
M. Fred FACK
7, rue Godchaux L-1643 Luxembourg
info@kayak.lu www.kayak.lu

CHIENS DE GARDE

Honds Frenn Bouneweeg

Hondssportveräin Neiduerf
Mme Anne CONTER-FERRARO
69A, rue Principale L-5241 Sandweiler
T 43 69 42
sydney07@pt.lu

Malinois Club Luxembourg

S.C.G.P.L.G. - Hondssport- an Dressurveräin Lëtzebuerg-Gaasperech
M. Joseph PATRISSI
26, rue Gluck L-1632 Luxembourg
T 48 93 88 G 621 182 525 F 48 93 88
info@chien.lu
www.chien.lu

CRICKET

Communities Cricket Club
M. John VERRINDER
Bâtiment Bech E2/832 European Commission
L-2920 Luxembourg
T 43 01 34 185
john.verrinder@ec.europa.eu

CYCLISME

PROVELO.LU
M. Jo KLEIN
6, rue Vauban L-2663 Luxembourg
T 43 90 30 - 29 F 20 40 30 - 29
lvi@velo.lu
www.lvi.lu

Sport a Fräizäit Zéisséng
M. Maurice HELLERS
5, rue Marie Curie L-8231 Mamer
G 621 517 225
mauricehellers@yahoo.de
safzeiss@pt.lu | www.saf.lu

Team Snooze
M. Ben MERTZ
25, rue de l'Ernz L-9391 Reisdorf
G 621 286 640
ben@twpm.lu

Vélo-Club "La Pédale" Mühlenbach
www.lpmuhlenbach.lu
maraschwager@hotmail.com

DANSE SPORTIVE

Dance-Atmospere Luxembourg
M. Demy ROSEN
48, rue Nicolas Roth L-4943 Hautcharage
T 500 770
G 621 610 610
rosen.demy@gmail.com
fed.dsfl.lu

Danz Sport Club Ro'de Le'w Lëtzebuerg

Danzsportclub Rout-Wäiss-Blo Lëtzebuerg
M. Serge QUAZZOTTI
4, Cité F. Nemers L-7418 Buschdorf
T 23 63 05 67
dancesport@dancesport.lu
www.dancesport.lu

ÉCHECS

Cercle d'Échecs Gambit Luxembourg-Bonnevoie
www.gambit.lu

Cercle d'Échecs Luxembourg 1915
M. René KALMES
23, rue Michel Rodange L-2430 Luxembourg
T 691 643 951
kalmesrene@yahoo.com

Cercle d'Échecs « La Tour » Limpertsberg

Schachklub « Philidor » Dummeldeng-Beggen
M. Jean-Marie WEBER
6, rue Nic. Goedert L-8133 Bridel
T 33 85 88 G 621 161 350
weber.jean-marie@education.lu
www.philidor.lu

ÉQUITATION

Reitclub R.U.St asbl
Mme Tania VIVANI-FRIESEISEN
1, rue de l'Hôtel de Ville L-4782 Pétange
G 621 322 914
vivanita@pt.lu

Société Hippique Rurale
shr@pt.lu
www.hippoline.lu/shr

ESCRIME

Cercle d'Escrime Luxembourg
M. Victor SZOMBATHY
12, rue Tidick-Ulveling L-2619 Luxembourg
T 49 28 82
victor_szombathy@hotmail.com
www.escrimeluxembourg.lu

Cercle Grand-Ducal d'Escrime Luxembourg
BP 1935 L-1019 Luxembourg
T 691 526 307 F 26383003
secretariat@cgdel.lu
www.cgdel.lu

FOOTBALL

F.C. AS Luxembourg-Porto
95, rue Adolphe Fischer L-1521 Luxembourg
G 621 63 63 50 F 26 50 30 44
asluxembourgporto@hotmail.fr

F.C. Avenir Beggen
B.P. 25 L-7201 Bereldange
T 43 74 23
avenirbeggen@wichtelweb.net
www.wichtelweb.net

F.C. CeBra 01
Mme Isabel FERREIRA PINTO
5, rue des sports L-2548 Luxembourg
T 31 03 332 G 621 383 920
www.cebra.lu

F.C. Red Black Egalité 07 Pfaffenthal-Weimerskirch

F.C. Red Star Merl-Belair
M. Guy LAMESCH
9, Redoutewee L-5687 Dalheim
G 621 180 134
lemi@email.lu
www.redstar.lu

F.C. RM Hamm Benfica asbl
83a, rue Tawioun L-2612 Luxembourg
T 43 22 23 F 43 22 23 G 621 161 197
rmhamm@pt.lu
www.rmhamm.lu

F.C. Tricolore Gasperich
M. Jean-Marie MOSSONG
4, rue Pierre Krier L-3504 Dudelange
G 621 363 544
jomi_mossong@hotmail.com
www.tricolore.lu

Racing Football Club Union Lëtzebuerg
488, route de Longwy L-1940 Luxembourg
T 28 66 68-1 / 48 34 98
secretariat@racing-union.lu
www.racing-union.lu

GYMNASTIQUE

Grönneschen Turnveraïn (GTV)
M. Marcel TEREBA
18, rue Paul Wilwertz L-2738 Luxembourg
T 43 17 76
terebam@pt.lu

Société de Gymnastique « La Tricolore » Eich asbl
M. Emile LAROSCHE
68, Rue du X Octobre L-7243 Bereldange
T 33 02 87 G 33 02 87 G 621 719 898
emilela@pt.lu

Société de Gymnastique Cents-Gronn
Mme Marguy ROILGEN
119, bd Jules Salentiny L-2511 Luxembourg
T 43 54 17 G 621 417 691
marguy.roilgen@pt.lu

Société de Gymnastique Féminine Gym Bonnevoie
www.gym-bonnevoie.com

Rythmo-Cats
Mme Aliona REVENKO
1, rue Jos Sünnen L-5855 Hesperange
G 621 458 588
info@rythmocats.lu
www.rytmocats.lu

HALTÉROPHILIE

Société Athlétique « Le Coq » Neudorf-Haltérophilie
M. Bruno DOS SANTOS
8, rue du Kiem L-8030 Strassen
G 621 756 190
lecoqneudorf@hotmail.com
www.facebook.com/haltérophilie.luxembourg

Stemm-Club Hamm 1970
M. Nico GRIGNARD
15c, rue Méckenheck L-3321 Berchem
G 691 651 720
zwaddel@pt.lu

HANDBALL

HC Standard
hc.standard@pt.lu
www.hcstandard.lu

HIVERSPORT

Club Hiversport Danse et Formation sur Glace
Mme Clarisse HOUL
G 621 323 538
info@icedancing.lu
www.icedancing.lu

Club Hiversport Patinage - Luxembourg
skating.luxembourg@gmail.com
www.skating.lu

Club Hiversport Luxembourg Patinage de Vitesse
M. Simon MURPHY
31, rue de la syre L-5377 Uebersyren
ulpv@ymail.com

Club Hiversport Ski
Mme Liliane MÜLLER
18, rue Jean Jaurès L-1836 Luxembourg
G 691 241 115 T 44 30 76
paule-lilianemuller@pt.lu

Curling Club Luxembourg
Mme Karen WAUTERS
51, rue Raoul Follereau L-1529 Luxembourg
G 621 164 434
club@curling.lu
www.curling.lu

Hiversport Eisstock-Club Luxembourg
M. Norbert CONTER
11, rue J. Braun L-3326 Crauthem
T 36 83 46 G 691 368 346
noconter@pt.lu

HOCKEY SUR GAZON

Hockey Club Luxembourg
Mme Mienke TER AVEST
5, rue des Sports L-2548 Luxembourg
info@hockey.lu
www.hockey.lu

HOCKEY SUR GLACE

Hiversport Huskies Junior Ice Hockey Club
Mme Christiane SCHAUS
188, Val Ste Croix
L-1370 Luxembourg
G 621 170 879
office.huskies@gmail.com
www.icehockey-huskies.lu

Tornado Luxembourg Hockey Club
www.tornadoluxembourg.com

KICKERSPORT

D.F.C. Old Boys 1994-2011 Lëtzebuerg
M. Eric JACQUOT
10, rue des Celtes L-1318 Luxembourg
T 27 28 40 51 G 4991 5784 / 621 24 57 84
eric.jacquot19@gmail.com

K.C. Aiglon

K.C. Globe

K.C. Quasar

LACROSSE

Luxembourg Lacrosse Club
M. Pit BINGEN
29, rue Wilson L-2732 Luxembourg
G 621 55 85 31
contact@lacrosse.lu

MARCHE POPULAIRE

Club Exclusif « Les Crémants » Luxembourg-Cents

Faaste-Wanderfrënn
info@fastenwandern.lu
www.fastenwandern.lu

Sapeurs-Pompiers Hamm-Cents-Fetschenhof-Pulvermuehl - Section Marche
M. Guy AECKERLÉ
13, an der Aa L-6660 Born
G 621 265 766
aeckerle@pt.lu
www.ff-hamm.lu

Section de Marche du F.C. Tricolore Gasperich

MINIGOLF

M.G.C. Bouneweg

Miniaturgolfclub « Ro'de Le'w Lëtzebuerg »

M.M.G.C. Luxembourg-Ville

PARACHUTISME

Cercle Parachutiste Luxembourgeois asbl
B.P. 735 L-2017 Luxembourg
G 621 701 194
mail@cerclepara.lu
www.cerclepara.lu

PÊCHE SPORTIVE

Cercle des Pêcheurs Le Goujon Neudorf

Club Saumon Luxembourg a.s.b.l.
www.clubsaumon.lu

Fëscherclub Aguias Boa Vista asbl

Fëscherclub « Op de Blenkert » Weimerskirch-Dommeldange
M. Jules THEISEN
25, rue Schetzel L-2518 Luxembourg
G 621 702 158
theisenn@pt.lu

Hollerecher Sportfëscherveräin
M. Raymond SCHERTZ
18, rue Paul Goedert L-3330 Crauthem
T 36 04 88 G 621 158 278
schertra@pt.lu

Sportfëscherveraïn Bouneweg
M. Marc STEYER
24, route de Luxembourg L-5752 Frisange
stps@pt.lu

Sportfëscher Eech-Pafendall 2000
M. Lucien FLOHR
9, rue Schiessberg L-8705 Useldange
G 621 269 037
lucienflohr@gmail.com

Sportfëscherveräin Kirchbierg
M. René NEUMANN
16, rue d'Ettelbruck L-7590 Beringen
T 32 93 90 G 621 191 190
rene@neumann.lu
http://kirchberg.neumann.lu

Sportfëscherveräin Rangbach Gasperich

RUGBY

C.S.C.E. - Rugby
M. Manuel DE MASCARENHAS GAIVAO
14, rue Jacques Santer L-6139 Junglinster
G 691 702 204
president@csce-rugby.lu
www.cscs-rugby.lu

Rugby Club Luxembourg
info@rcl.lu
www.rcl.lu

SPORTS AQUATIQUES

Konschtsprang Veräin Lëtzebuerg
Mme Véronique HANSEN
30, rue de Luxembourg
L-4220 Esch-sur-Alzette
G 621 64 69 08
secretariat@kvl.lu
www.kvl.lu

Luxembourg Sharks Swimming Club
M. Pierre DOCHEN
10, rue de la barrière L-1215 Luxembourg
G 661 120 365
pierre.dochen@luxembourgsharks.lu

Sub Aqua Club Luxembourg
info@sacl.lu
www.sacl.lu

Swimming Luxembourg asbl
mail@swimming.lu
www.swimming.lu

Underwater Rubgy Luxembourg -Ennerwaasserrugby Lëtzebuerg
M. Ben GREISEN
57, rue Nicolas Martha L-2133 Luxembourg
G 691 70 49 59
uwr@uwr.lu
www.uwr.lu

SPORTS AUTOMOBILES

Écurie Luxembourg
M. Joël WÜNSCH
1, rue de Gasperich L-5826 Hesperange
G 691 430 248
jowulu@gmail.com

Stock Car Tornado Team Hamm
Mme Pascale BIEVER
10, Engelsgaass L-5682 Dalheim
G 621 297 800
secretariat.stockcar@gmail.com
www.tornado.lu

SPORTS COOPÉRATIFS

Amicale sportive Knuedler

Basketball Stater Léiwen

BBC Police Grand-Ducale
M. Gilles JANKOWSKI
BP. 1007 L-2957 Luxembourg
G 691 77 04 11
gilles.jankowski@police.etat.lu

CS AVL - Volley-Ball
M. Jean-Paul EISCHEN
16, op der Barriaer L-8368 Hagen
T 39 71 61 G 691 82 32 23
eischjp@pt.lu

European Union Squash Club
M. Anton BROSSA PALET
2, rue Mercier Opoce L-2985 Luxembourg
T 29 29 44 599
eusclux.wordpress.com

F.C. AVL-FOOTBALL
M. Raymond WEISGERBER
25c, route de Boevange L-7762 Bissen
G 621 312 149
weisraym@pt.lu

FC Centre Hospitalier 78
M. Cid DUARTE PERALTA
66A, rue de Kehlen L-8295 Keispelt
T 44 11 88 99 F 44 11 63 13
fcchl@chl.lu

FC Hygiéna
M. Georges ZIMMER
B.P. 100 L-7202 Bereldange
fc.hygiena@hotmail.com

FC Voirie-Eaux

Moto Club de la Ville de Luxembourg
www.motovdl.lu

Scrabble Club Luxembourg asbl
M. Robert PEETERS
22, rue Mathias Goergen L-8020 Strassen
T 31 89 67 G 691 361 202
robertpeetersscr@gmail.com
www.flsc.lu

S.C. Beruffspompjeeën
M. Steve THURPEL
50, route d'Arlon L-1140 Luxembourg
T 49771-3514 G 691 16 43 22
steve.thurpel@cgdis.lu
steve.wilmes@cgdis.lu

Tennis Club Smash
M. Daniel FERRON
T bureau : 4796 3842
G 691 983 842
dferron@vdl.lu

TENNIS

Tennis Club Beggen
M. Max WOLSFELD
www.tcbeggen.lu
tcbeggen@pt.lu

Tennis Club Bonnevoie
M. Claude HETTO
115, rue Anatole France L-1530 Luxembourg
T 49 65 95 G 691 49 65 95
bo.flt.lu@gmail.com
www.tcbonnevoie.com

Tennis Club des Arquebusiers
142, Val St Croix L-1370 Luxembourg
T 44 50 37 G 691 44 50 37
info@tca.lu
www.tca.lu

Tennis Club Fetschenhaff-Cents
M. Alex BADDÉ
19, rue du Moulin L-2122 Luxembourg
fc.flt@gmail.com
http://tcfc.lu

Tennis Club Gasperich
M. Henri RISCH
B.P. 1684 L-1016 Luxembourg
T 40 41 96 G 621 152 992
tennislu@pt.lu
www.tennis-gasperich.lu

Tennis Club Stade
M. Zoran TALEVSKI
Bd Napoléon Ier L-2210 Luxembourg
T 45 16 10 F 25 00 76 G 661 771 698
info@tcstade.lu
www.tcstade.lu

Tennis Spora
Centre Sportif « Bambësch »
18, rue de Bridel L-1264 Luxembourg
T 46 15 51 F 46 41 88
secretariat@tennisspora.lu
www.tennisspora.lu

TENNIS DE TABLE

Dësch-Tennis Amicale Cessange
M. Roland ALTMANN
B.P. 2334 L-1023 Luxembourg
T 40 66 78 G 621 153 621 F 40 66 78
altmrola@pt.lu
www.luxp.com/dtc

Dësch-Tennis Cado Limpertsberg
M. André WELTER
51, rue Mercatoris L-7237 Helmsange
G 621 45 46 49
dt.cadolim@pt.lu
www.dtcado.lu

Tennis de Table Centre Européen
Weimershof
Mme Simone KINTZELÉ-MAJERUS
141, rue des Muguets L-2167 Luxembourg
G 691 342 291
gkintzel@pt.lu

Dësch-Tennis Union Lëtzebuerg
M. Gilbert BEISSEL
21, rue du Parc L-2313 Luxembourg
T 26 48 29 33
www.dtunion.lu

TIR À L'ARC

Société de Tir à l'Arc « Flèche d'Or »
Luxembourg
Mme Fabienne KLEIN
31, rue du Ruisseau L-4499 Limpach
G 691 43 00 28
info@flechedor.lu
www.flechedor.lu

TIR AUX ARMES SPORTIVES

"Schéissclub Bloë Bierg"
stc@stc.lu
www.stc.lu

Société de Tir de la Ville de Luxembourg
Biirgerkreiz
M. Roland BOFFERDING
8, Strachen L-5426 Greiveldange
T 23 69 82 35 F 23 69 82 35 G 691 435 665
bofferdi@pt.lu

VOILE

Groupe Luxembourgeois de Croisières
et de Régates
M. Serge COURTOIS
B.P. 2425 L-1024 Luxembourg
G 691 55 80 63
serge.courtois@glcr.lu
www.glcr.lu

Yacht Club du Grand-Duché de Luxembourg
M. Alexander BLINKHORN
42, Grand-Rue L-8472 Eischen
G 621 15 53 66
blinkhorn@gmx.net
www.ycl.lu

VOLLEY-BALL

CS Gym-Volley Luxembourg
M. Carlo HASTERT
4, rue Anny Blau L-5515 Remich
G 621 152 804
hastert@pt.lu
www.gym-volley.net

Volley-Club Belair
M. Fred GRAINSON
B.P. 2662 L-1026 Luxembourg
G 621 285 314
volleyclubbelair@gmail.com
www.vcb.lu

Volley Loisir Cents
Mme Valérei MAQUIL
volleycents@gmail.com

VC Stramm vun Hamm
Mme Henriette NOTHUM
72, avenue du 10 Septembre
L-2550 Luxembourg
G 661 224 004
nothum@pt.lu

SERVICE SPORTS DE LA VILLE DE LUXEMBOURG
SERVICE SPORTS DER STADT LUXEMBURG
90, bld de Kockelscheuer L-1821 Luxembourg
T 4796-2583 F 47 96 45 96 www.vdl.lu

GESTION DU SERVICE /
DIENSTSTELLENLEITUNG

Chef de service / *Leiter der Dienststelle*

- Alex Goergen	4796-4413

ADMINISTRATION / *VERWALTUNG*

- Christian Engel	4796-3141
- Dany Schickes-Schanen	4796-2830
- Marc Ludwig	4796-4407

COMPTABILITÉ ET GESTION DU PERSONNEL / *BUCHHALTUNG UND PERSONALFÜHRUNG*

- Marco Schmit	4796-2799
- Marc Theis	4796-4410
- Stefano Toni	4796-4406
- Laura Pereira Pinto	4796-2562

CENTRAL TÉLÉPHONIQUE /
TELEFONZENTRALE

- Marco Castanha	4796-2583
- Christiane Sand-Knell	4796-2348

RÉSERVATION D'INSTALLATIONS SPORTIVES / *RESERVIERUNG VON SPORTEINRICHTUNGEN*

- Fréderic Grainson	4796-4404
- Christian Poos	4796-4408
- Sandra Thommes	4796-4431
- Paul Weinandt	4796-2299
- Enis Durakovic	4796-4422
- Melanie Monteiro Camelo	4796-2293

SERVICE TECHNIQUE – ENTRETIEN /
TECHNIK- UND WARTUNGSDIENST

- Fernand Colbach	4796-2584
- Fränk Kaufmann	4796-4430
- José Weber	4796-2464
- Alex Welter	4796-4434
- Christian Kauffmann	4796-2890
- Cyril Schweitzer	4796-4438
- Gilles Peiffer	4796-2297
- Thierry Gillen	4796-2854

BAINS MUNICIPAUX / *STÄDTISCHE BÄDER*

Établissement des bains du centre « Badanstalt » / *Städtisches Bad „Badanstalt“*	4796-2550
- Jean-Claude Reiter	4796-2552
Piscine municipale de Bonnevoie / *Städtisches Bad Bonneweg*	4796-3471
- Romain Post	4796-3476

Responsable formation instructeurs de natation, Piscines d'apprentissage / *Lehrschwimmbecken*

- Boris Uicich	4796-3477

DÉPARTEMENT DES ACTIVITÉS SPORTIVES /
SPORT-ABTEILUNG „SPORTS POUR TOUS“ -
„S.d.S. SPORT-WOCHEN“

Organisation des activités sportives /
Organisation der Sportaktivitäten

- Sven Schaul 4796-4433

SPORTS POUR TOUS - Renseignements et inscriptions / *Auskunft und Anmeldung*

- Marc Leyder 4796-4415
- Nathalie Thielen 4796-4414

Moniteurs sportifs / *Sportbetreuer*

- Celestino Fecchi 4796-4402
- Manuel Nunes 4796-4432
- Toufik Chetoui 4796-4425
- Michael Klein 4796-4401
- Nathalie Waterlot 4796-4412
- Cindy Marques 4796-4436
- Rosetta Scanzano 4796-4403

SEMAINES SPORTIVES - Renseignements et inscriptions / ***S.d.S. SPORT-WOCHEN -***
Auskunft und Anmeldung

- Marc Schaal 4796-2463
- Line Dupont 4796-4424

NOTES

luxembourg energy office
enovos group
leo

plan K