



CENTRE
NATIONAL
SPORTIF &
CULTUREL

BUSINESS GUIDE





SOMMAIRE

SUMMARY

01. Les espace de travail Workspaces	05
02. Team Building Team Building	23
03. Annexes Appendix	29



LES ESPACES DE TRAVAIL WORKSPACES

A. L'Amphithéâtre	06
The amphitheatre	
B. Les salles de formation	10
The training rooms	
C. Les arcades	16
The arena's arcades	
D. La galerie de l'arena	18
The arena's gallery	
E. Les espaces modulables	20
Modular spaces	

L'amphithéâtre

The amphitheatre

UN AMPHITHÉÂTRE ÉLÉGANT DE 215 PLACES
AN ELEGANT 215-SEAT AUDITORIUM

CARACTÉRISTIQUES | CHARACTERISTICS

- **Projecteur** | Projector
- **Raccord multimédia** | Multimedia connection
- **Wifi gratuit** | Free WiFi
- **Écran de projection** (360 x 200cm) | Screen (360 x 200cm)
- **Pupitre, flipchart** | Lectern, flipchart
- **Eclairage modulable** | Modular lighting
- **Système Dolby Surround** | Dolby Surround system





- **Conférences et séminaires**
Conferences and seminars
- **Colloques** / Colloquia
- **Présentations de produits**
Product presentations
- **Formations** / Trainings
- **Workshops** / Workshops
- **Assemblées** / Conventions



Événements digitaux

Virtual events

ELARGISSEZ VOS HORIZONS | EXPAND YOUR HORIZONS

L'intégration de l'équipement de « streaming » de dernière génération couplé aux matériels haut de gamme déjà en place à l'Amphithéâtre de la Coque ne laissera plus aucune limite à la mise en place de vos événements business.

The integration of the latest generation of streaming equipment with the top-of-the-range equipment already in place at the Coque's Amphitheatre will leave no limits to the organisation of your business events.



Vous pouvez désormais prévoir vos événements de 3 façons :

You can now plan your events in 3 ways:



Présentiel | Face to Face
(Présentiel | Face to Face)



Hybride | Hybrid
(Présentiel + Visioconférence
Face to Face + Streaming)



100% virtuel | 100% virtual
(Streaming)



Salle de formation 1

Training room 1

IDÉALE POUR ÉVOLUER ET AVANCER

DEVELOP AND ADVANCE IN AN IDEAL ENVIRONMENT

CARACTÉRISTIQUES | CHARACTERISTICS

- **45 m² - 30 personnes maximum** | 45 m² - 30 people maximum
- **Lumière naturelle** | Natural light
- **Eclairage modulable et installation d'occultation** | Modular lighting and blackout system
- **Ecran intégré** | Built-in screen
- **Raccord multimédia** | Multimedia connection
- **Wifi gratuit** | Free WiFi
- **Système Dolby Surround** | Dolby Surround system



- **Conférences et séminaires** | Conferences and seminars
- **Colloques** | Colloquia
- **Présentations de produits** | Product presentations
- **Formations** | Trainings
- **Workshops** | Workshops
- **Assemblées** | Conventions

CONFIGURATIONS | CONFIGURATIONS



En théâtre / theater
(30 pers.)



En classe / classroom
(20 pers.)



En bloc / boardroom
(24 pers.)

INCLUS | INCLUDED

- **1 écran, 1 projecteur / beamer** | 1 screen, 1 projector / beamer
- **Eau minérale pendant la conférence** | Mineral water during the conference
- **Assistance technique ponctuelle** | Multimedia technician on duty
- **Flipchart, Whiteboard** | Flipchart, Whiteboard
- **Bloc-notes et stylo** | Paper pad, pen

Salle de formation 2

Training room 2

CARACTÉRISTIQUES | CHARACTERISTICS

- **52 m² - 40 personnes maximum** | 52 m² - 40 people maximum
- **Lumière naturelle** | Natural light
- **Écran TV** | TV Screen
- **Éclairage réglable et système d'assombrissement** | Modular lighting and blackout system
- **Raccord multimédia** | Multimedia connection
- **Wifi gratuit** | Free WiFi



- **Conférences et séminaires** | Conferences and seminars
- **Colloques** | Colloquia
- **Présentations de produits** | Product presentations

- **Formations** | Trainings
- **Workshops** | Workshops
- **Assemblées** | Conventions

CONFIGURATIONS | CONFIGURATIONS



En théâtre / theater
(40 pers.)



En classe / classroom
(30 pers.)



En bloc / boardroom
(20 pers.)

INCLUS | INCLUDED

- **1 écran** | 1 screen
- **Eau minérale pendant la conférence** | Mineral water during the conference
- **Assistance technique ponctuelle** | Multimedia technician on duty
- **Flipchart, Whiteboard** | Flipchart, Whiteboard
- **Bloc-notes et stylo** | Paper pad, pen

Salle de réunion «Centre Aquatique» Meeting room "Aquatic Center"

CARACTÉRISTIQUES | CHARACTERISTICS

- **Salle climatisée** | Air-conditioned room
- **40 m² - 17 personnes maximum** | 45 m² - 17 people maximum
- **Lumière naturelle** | Natural light
- **Eclairage modulable et installation d'occultation** | Modular lighting and obscuration system
- **Ecran de projection** | screen
- **Raccord multimédia** | Multimedia connection
- **Wifi gratuit** | Free WiFi



- 
- **Conférences et séminaires** | Conferences and seminars
 - **Colloques** | Colloquia
 - **Présentations de produits** | Product presentations
 - **Assemblées** | Conventions

CONFIGURATIONS | CONFIGURATIONS



En bloc / boardroom
(17 pers.)

INCLUS | INCLUDED

- **1 écran, 1 projecteur / beamer** | 1 screen, 1 projector / beamer
- **Eau minérale pendant la conférence** | Mineral water during the conference
- **Assistance technique ponctuelle** | Multimedia technician on duty
- **Flipchart, Whiteboard** | Flipchart, Whiteboard
- **Bloc-notes et stylo** | Paper pad, pen

Les arcades Arena

The Arena's arcades

CARACTÉRISTIQUES | CHARACTERISTICS

- 2.700 m² | 2.700 m²
- Espace autour de l'Arena | Space around the Arena
- Aménagement et équipement modulables | Modular equipment and layout
- Accès direct à l'Amphithéâtre | Direct access to the Amphitheatre
- Wifi gratuit | Free Wifi



- **Conférences et séminaires** | Exhibitions
- **Réceptions** | Receptions
- **Présentations de produits** | Product presentations
- **Foires** | Trade fairs



La galerie de l'Arena

The Arena's gallery

CARACTÉRISTIQUES | CHARACTERISTICS

- 840 m² | 840 m²
- Aménagement et équipement modulables | Modular equipment and layout
- Wifi gratuit | Free Wifi





- **Fêtes d'entreprise** | Company celebrations
- **Réceptions** | Receptions
- **Workshops** | Workshops
- **Foires** | Trade fairs

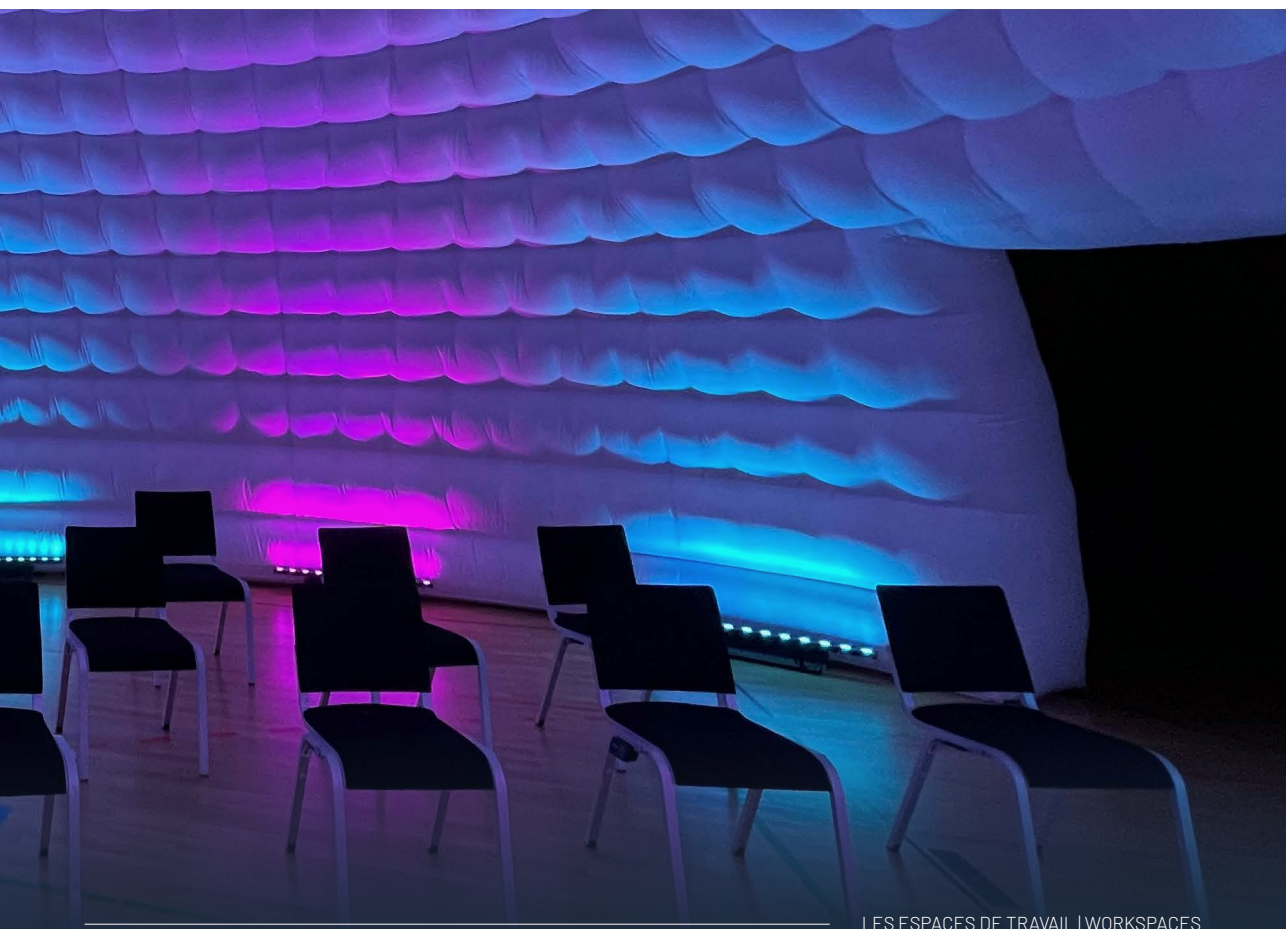


Espaces modulables

Modular spaces

- **Des salles workshop flexibles et innovantes pour 2 à 350 personnes**
Flexible and innovative workshop rooms for 2 to 350 people
- **Modules avec une très bonne acoustique et isolation phonique**
Modules with very good acoustics and sound insulation
- **Branding : Les éléments et structures peuvent porter leur propre message de marque sous forme de bannières, d'autocollants, ou en projetant des logos ou des textes**
Branding : Elements and structures can carry their own brand message in the form of banners, stickers, or by projecting logos or texts
- **Éclairage LED : Les modules peuvent être éclairés (statique et dynamique) dans toutes les couleurs**
LED lighting : Modules can be illuminated (static and dynamic) in any colour







TEAM BUILDING TEAM BUILDING

A. Présentation	24
Presentation	
B. Coopération & cohésion du collectif	25
Cooperation and cohesion	
C. Dépassement de soi	26
Increasing one's will power through physical effort	
D. Renforcement des liens de l'équipe	27
Strengthening the bonds between staff members	



Présentation

Presentation

SOUDER UNE ÉQUIPE QUI GAGNE GRÂCE AU SPORT
BUILDING A WINNING TEAM THANKS TO SPORTS

3 GRANDS AXES DE TRAVAIL | 3 MAJOR WORK ORIENTATIONS

- **Cohésion du collectif.** Améliorer la coopération entre vos collaborateurs
Group cohesion. Improve cooperation among your employees
- **Dépassement de soi** et amélioration de la confiance
Boosting will power and increasing confidence
- **Renforcement des liens** et apaisement des tensions entre collaborateurs
Bolster the bonds and ease tensions among employees



Les solutions de Team Building proposées par la Coque consistent en la **planification et la réalisation d'activités principalement ludiques et sportives** destinées à développer ou créer des compétences au sein d'un groupe, ainsi qu' à améliorer les conditions de travail et la cohésion.

Il a également pour but d'apprendre à se connaître et / ou connaître ses collègues sous un autre angle que l'angle professionnel, améliorer ou créer des liens, développer un attachement à l'équipe ou à l'entreprise, faciliter le travail en groupe, ou encore apaiser les conflits.

The Team building solutions provided by Coque consist of **planning and carrying out chiefly playful and athletic activities** intended to create or develop skills in a group and to improve the working atmosphere and the group cohesion.

Another aim is to give colleagues an opportunity to get to know each other from a non-professional perspective, to establish or improve bonds, develop an attachment to the team and the company, facilitate group work, or solve conflicts.

Coopération & cohésion du collectif

Group cooperation & cohesion

AMÉLIORER LA COOPÉRATION ENTRE VOS COLLABORATEURS
IMPROVE THE COOPERATION AMONG YOUR EMPLOYEES

ACTIVITÉS : JEUX DE RELAIS ET DE COOPÉRATION

ACTIVITIES: RELAY RACE AND COOPERATION GAMES

La méthodologie de la plupart des activités proposées dans cette catégorie repose sur la résolution d'un problème commun à partir d'une progression commune.

The work methodology of the vast majority of the suggested games rely on problem solving activities through group progression

- **Jeu de la toile d'araignée** | Spider web game
- **Acrosport** | Acrosport
- **Relais type garçon de café** | Waiter game...



Activités sportives amenant les participants à mettre en commun leur intellect et leurs capacités physiques afin de prendre conscience que jouer collectivement est plus bénéfique que de jouer individuellement.

Avantage : Après avoir partagé une expérience commune, en dehors du cadre formel du travail, votre équipe en sort plus unie. Chacun des membres sera plus compréhensif et plus respectueux des capacités et des compétences de l'autre.

Athletic activities get participants to pool their brainpower and physical skills in order to become aware that playing together is more beneficial than playing on one's own.

Advantage: Having shared a common experience outside the formal setting of work, your "team" comes out as a stronger unit, with each member being more understanding and more respectful of the capacities and skills of each other.

Dépassement de soi

Increasing one's will power

AMÉLIORATION DE LA CONFIANCE

IMPROVING AND GAINING CONFIDENCE

PRISE DE CONFIANCE PERSONNELLE AU SEIN DU GROUPE

GAINING PERSONAL CONFIDENCE WITHIN THE GROUP

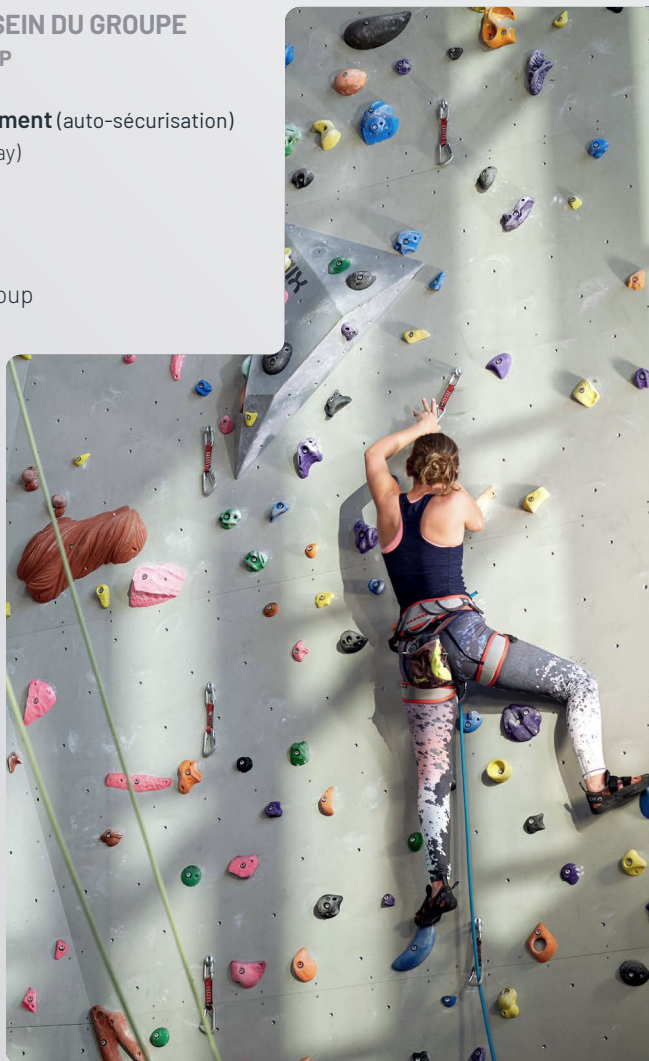
- **Mur d'Escalade / Travail en binôme principalement** (auto-sécurisation)
Climbing wall / Working mainly in pairs (self-belay)
- **Atelier de plongeon / 1, 3, 5, 7,5 et 10 mètres**
Diving workshop / 1, 3, 5, 7.5 and 10 metres
- **Trampoline / Avec sécurisation par le groupe**
Trampoline / With assuredness through the group

Au travers d'activités de groupe basées sur la compétition, les participants sont amenés à se dépasser à la fois individuellement et collectivement dans l'accomplissement de la tâche.

Avantage : En prenant conscience notamment des interactions nécessaires et de la responsabilité qui incombe à chacun, les personnes cherchent à donner le meilleur d'eux-mêmes et à franchir certaines barrières ou blocages.

Group activities based on a competitive spirit enable participants to out do themselves individually and collectively in accomplishing tasks.

Advantage: By becoming particularly aware of the necessary interactions as well as the responsibility incumbent on everyone, people endeavour to do their utmost and to cross certain limits or blocks.



Renforcement des liens

Strengthening bonds

APAISEMENT DES TENSIONS ENTRE COLLABORATEURS
EASING TENSIONS AMONG EMPLOYEES



COURS COLLECTIFS | COLLECTIVE COURSES

- **En milieu aquatique : Aqua-Fit, Aqua-Biking**
In an aquatic environment: Aqua-Fit, Aqua-Biking...
- **En salle : Group Cycle, Zumba, Pilates, Yoga**
Indoor: Group Cycle, Zumba, Pilates, Yoga...
- **Outdoor : Course à pied, Beach Volleyball**
Outdoor: Running, Beach Volleyball...

Par l'intermédiaire d'activités sportives récréatives, les participants sont amenés à se rencontrer sur un autre terrain que celui de l'entreprise et à s'exprimer autrement que par le biais des relations de travail.

Avantage : En mettant l'accent sur l'aspect convivial des activités sportives, les participants vont évacuer le stress et les tensions rencontrées sur leur lieu de travail. Le renforcement des liens entre les collaborateurs et l'apaisement d'éventuels conflits vont permettre de travailler dans un environnement plus propice à la réalisation des objectifs professionnels.

Recreational athletic activities get participants to meet in a non-professional environment and to express themselves differently than through work relations.

Advantage: By emphasizing the friendly aspect of athletic activities, the participants will relieve the stress and tension accumulated at the workplace. In bolstering ties and easing conflicts, they will be able to work in an auspicious environment helping to attain their professional goals.





ANNEXES

APPENDIX

A. Restauration	30
Catering	
B. Coque hôtel***SUPERIOR	32
Coque hôtel***SUPERIOR	
C. Corporate Coque Kaart	34
Corporate Coque Kaart	
D. Accès (Parkings, tram, bus)	36
Access (Parkings, tram, bus)	

Restauration Catering

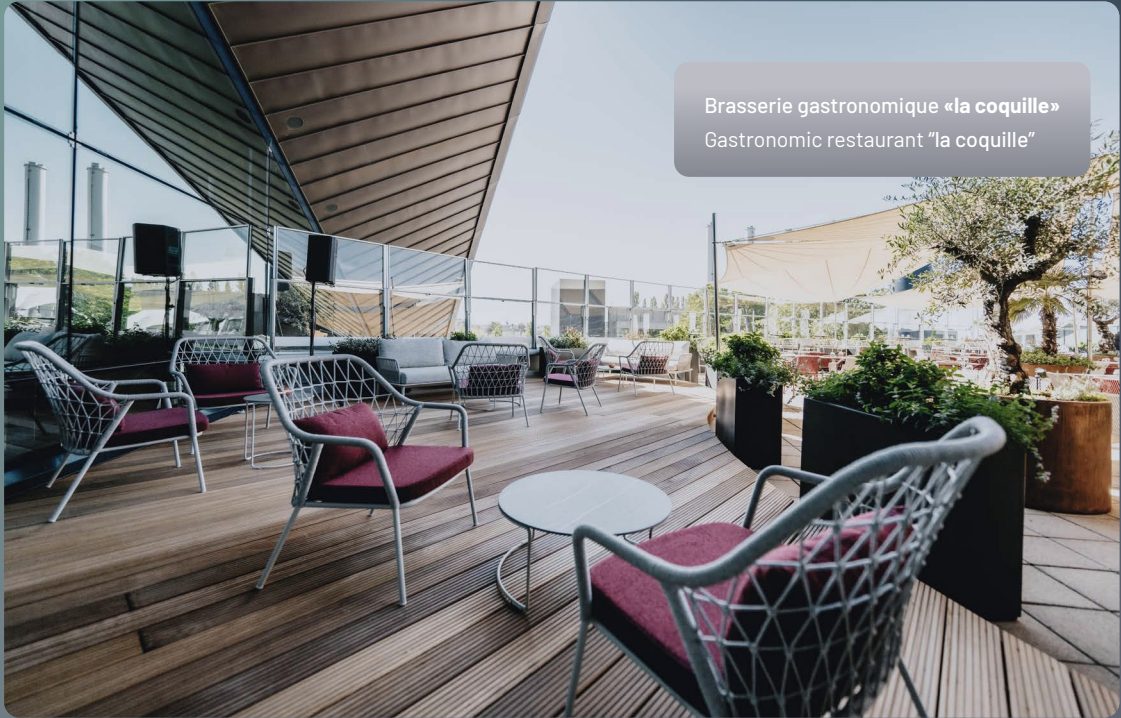
LAISSEZ-VOUS GUIDER : LA COQUE S'OCCUPE DE TOUT
RELAX, COQUE TAKES CARE OF EVERYTHING

TOUTES LES SOLUTIONS SUR MESURE | ALL OUR SOLUTIONS ARE CUSTOMISED

- **Cocktail** | Cocktail
- **Pauses café** | Coffee breaks
- **After work** | After work
- **Banquets** | Banquets
- **Walking lunch, dîner** | Walking lunch, dinner
- **Soirée entreprise, barbecue** | Business party, barbecue...
- **Evènements thématiques, familiaux et professionnels** | Personal or thematic party
- **Open bar** | Open bar

...





Coque Hotel***SUPERIOR

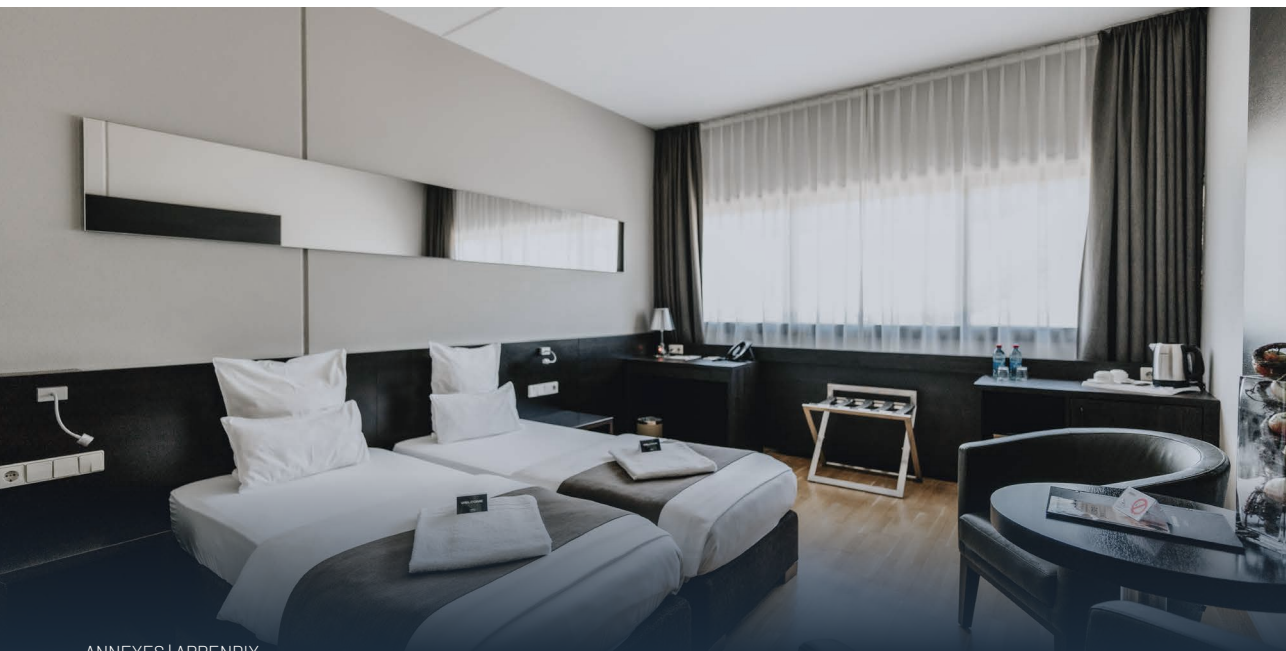
Coque Hotel***SUPERIOR

LA COQUE VOUS ACCUEILLE DANS SON HÔTEL 3* SUPERIOR**
COQUE WELCOMES YOU IN ITS 3-STAR SUPERIOR HOTEL

36 CHAMBRES TOUT CONFORT | 36 FULL COMFORT ROOMS

- **2 chambres pour personnes à mobilité réduite** | 2 rooms for people with reduced mobility
- **Non fumeurs** | non-smoking rooms
- **Avec écran plasma, salle de douche, wifi gratuit** | With plasma TV, shower room, free WiFi...
- **Plateau de courtoisie (café, thé, eau...)** | Welcome tray with tea, coffee and water
- **Buffet petit-déjeuner** | Breakfast buffet
- **Une entrée gratuite par jour et par personne au Centre Aquatique** |
One free entry to the Aquatic Centre per day and person
- **Tarif réduit au Centre de Détente** | Reduced entry to the Wellness Centre
- **Billard, espace détente** | Billiards, relaxation area...

...







CORPORATE COQUE KAAART

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

GRATUITE & AVANTAGEUSE

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

Pour toute demande spécifique ou plus d'informations :
business@coque.lu



 **CENTRE AQUATIQUE**



 **COURS AQUATIQUES**



 **CENTRE DE DÉTENTE**



STU D  **FITNESS**



 **MUR D'ESCALADE**



 **COURS SPORTIFS**

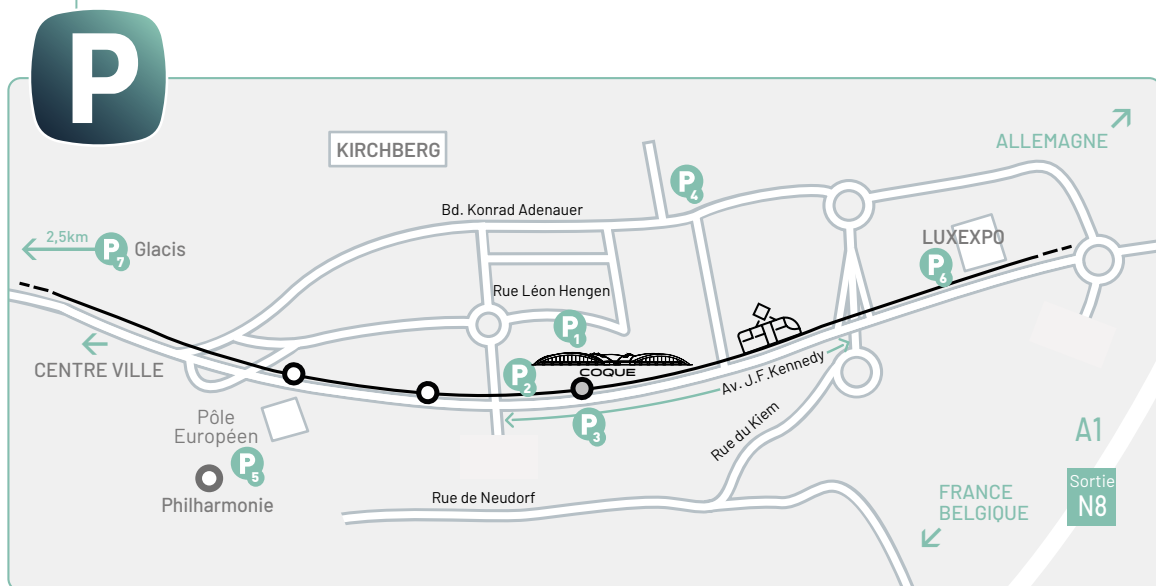
2, rue Léon Hengen, L-1745 Luxembourg
Tél. +352 43 60 60 1 • coque.lu



**CENTRE
NATIONAL
SPORTIF &
CULTUREL**

Accès

Access



- 1 Parking Coque** - Payant / Paid Parking
- 2 Parking Erasme** (150m) - Payant / Paid Parking
- 3 Places de parking Kennedy** (150m) - Payant en semaine - Gratuit le weekend
Paid Parking on weekdays - Free of charge at weekends
- 4 Parking Konrad Adenauer** (1km) - Payant en semaine - Gratuit le weekend
Paid Parking on weekdays - Free of charge at weekends
- 5 Parking place de l'Europe** (1,1km) - Payant / Paid Parking
- 6 Parking Luxexpo** (2,7km) - Payant / Paid Parking
- 7 Parking Glacis** (2,5km) - Payant en semaine - Gratuit le weekend
Paid Parking on weekdays - Free of charge at weekends



TRAM

● ARRÊT COQUE / STOP COQUE



ARRIVÉE DEPUIS L'AÉROPORT

ARRIVAL FROM THE AIRPORT

L'ARRIVÉE DEPUIS L'AÉROPORT POURRA SE FAIRE VIA :

THERE ARE 2 POSSIBLE WAYS TO ARRIVE TO THE COQUE FROM THE AIRPORT:

- **Taxi** : le taxi pourra être réservé par avance via le web www.webtaxi.lu/
By taxi: You can pre-book a taxi via the internet www.webtaxi.lu/en
- **Bus** : La ligne de bus N°6 ou N°16 (pôle d'échange «Luxexpo») et ensuite le Tramway (arrêt «Coque») direction «Etoile».
By bus: Bus line Nr 6 or Nr 16 (exchange platform "Luxexpo") in connection with the Tram (direction "Etoile") gets you to the Coque (station "Coque").



ARRIVÉE DEPUIS LA GARE CENTRALE

ARRIVAL FROM THE CENTRAL TRAIN STATION

L'ARRIVÉE DEPUIS LA GARE CENTRALE POURRA SE FAIRE VIA :

ARRIVAL FROM THE CENTRAL TRAIN STATION:

- **Taxi** : le taxi pourra être réservé par avance via le web www.webtaxi.lu/
By taxi: You can pre-book a taxi via the internet www.webtaxi.lu/en
- **Tram** : Le Tramway, direction «Luxexpo» vous mènera directement vers notre établissement arrêt «Coque».
By Tram: Take the tram (direction «Luxexpo») at the central tram station which brings you directly to the station «Coque».

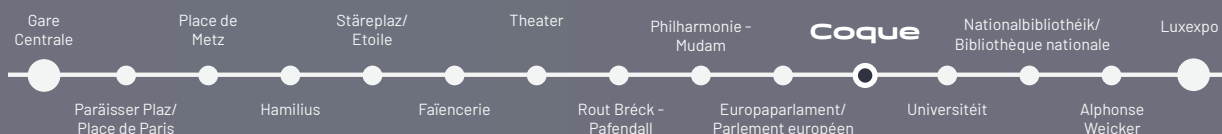
Le détail du trajet peut être visualisé sur le web www.mobiliteit.lu

Details of the trip can be viewed on www.mobiliteit.lu

Gratuité des transports publics au Luxembourg (sauf 1ère classe).

Free public transport in Luxembourg (except 1st class).

ITINÉRAIRE TRAM | TRAM ROUTE





Pour plus d'informations,
sur nos espaces entreprises,
rendez-vous sur :

COQUE.LU

2, rue Léon Hengen, L-1745 Luxembourg



events@coque.lu



+352 43 60 60 741



www.coque.lu



@coqueluxembourg