

COCOONING & ÉVASION

Laissez-vous chouchouter au Centre de Détente et profitez de nos nombreuses installations !

Dans la partie intérieure vous découvrirez trois types de saunas (sauna finlandais moderne à 80°C, sauna finlandais rustique à 70°C, sanarium à 60°C), une cabine à neige, un hammam, un tepidarium, un Whirlpool à 35°C, des bassins chauds et froids, des douches thématiques, des pédiluves et un wellness-lounge.

Vous pouvez également profiter d'un accès au **Centre Aquatique** et à un **espace fitness***.

La partie extérieure quant à elle comprend un sauna au feu de bois et un sanarium à 60°C, un bassin chauffé (32°C - 35°C), un bassin d'eau froide à 20°C en bois, des douches et une salle de repos chauffée au feu de bois selon la saison.

*sous le tarif All Inclusive.



Scannez le QR-code pour rester informé(e) des dernières actualités sur Facebook.



HORAIRES

CENTRE DE DÉTENTE

Lundi au Vendredi 12H00 - 22H00
Samedi & Dimanche 10H00 - 19H00

MASSAGES

Lundi au Vendredi 12H00 - 21H30
Samedi & Dimanche 10H00 - 18H30

Fermeture de la caisse 1 heure avant les horaires de fermeture, aucun accès ne sera possible. Les usagers sont priés de rejoindre les vestiaires au plus tard 30 minutes avant l'heure de fermeture.

TARIFS

ENTRÉES

Une entrée au Centre de Détente inclut un accès au Centre Aquatique.

Entrée* 23,50€
All inclusive** 28,50€

Jusqu'à 15% de réduction avec les avantages Coque Kaart.

* L'entrée est interdite à tout mineur de moins de 16 ans non accompagné.

** Formule All Inclusive: Sauna + Natation + Fitness Centre Aquatique.

ABONNEMENTS

3 mois Sauna + Natation 245,00€
3 mois All Inclusive 305,00€

6 mois Sauna + Natation 430,00€
6 mois All Inclusive 540,00€

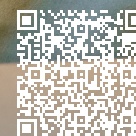
12 mois Sauna + Natation 770,00€
12 mois All Inclusive 960,00€

ESPACE NUDISTE : L'espace bien-être est mixte et la nudité y est requise, sauf dans les zones de circulation où le port d'une serviette est obligatoire.

PARTAGEZ VOTRE PASSION
@COQUELUXEMBOURG



CENTRE
NATIONAL
SPORTIF &
CULTUREL



Le bien-être commence ici :
scannez le QR-code et recevez nos
offres de massages exclusives.

Rendez-vous sur
COQUE.LU



CENTRE
DE DÉTENTE

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



Arrêt Tram
"Coque"

Photos: © Coque 2025

NOS MASSAGES

Nos massages vous permettent d’alléger les tensions dues au stress quotidien, de vous relaxer et de stimuler votre corps et votre esprit grâce à une action en profondeur sur l’organisme tout entier.

Appliqués non seulement au domaine du sport, les massages de la Coque sont aussi préventifs, relaxants et thérapeutiques. Ils aident à évacuer les toxines, améliorent la tonicité musculaire et vous procurent un effet relaxant généralisé.

Pour toute réservation d’un massage, profitez d’un tarif préférentiel sur l’entrée au Centre de Détente.

Vivez l’expérience

Réservez votre massage en ligne sur coque. lu ou par téléphone au **+352 436060 411**.

WELLNESS

Le massage wellness est idéal pour se détendre du stress quotidien. Doux et enveloppant, il aide à relâcher les tensions et à retrouver sa sérénité et son énergie positive.

	25 min	50 min	Low + High	25 min		50 min	
				Massage	52,50€	88,00€	
				Massage + Wellness	68,50€	104,00€	

ÉNERGÉTIQUE

Le massage permet d’éliminer et de réduire les tensions musculaires tout en favorisant une meilleure circulation sanguine et de retrouver un bon équilibre.

	25 min	50 min	High	25 min		50 min	
				Massage	56,50€	97,00€	
				Massage + Wellness	72,50€	113,00€	

SPORTIF

Un massage fort et vital qui procure un effet réénergisant. Il est profond, intensif et aide à améliorer les performances en prévenant la douleur et le risque de blessures.

	25 min	50 min	High	25 min		50 min	
				Massage	56,50€	97,00€	
				Massage + Wellness	72,50€	113,00€	

JAMBES LÉGÈRES

Idéal après une activité physique ou au quotidien, il favorise la récupération musculaire, améliore la circulation et apporte une détente profonde des jambes.

	25 min	50 min	High	25 min		50 min	
				Massage	56,50€	97,00€	
				Massage + Wellness	72,50€	113,00€	

RÉFLEXOLOGIE

Il s’agit d’un massage réalisé avec les doigts par pression des zones réflexes de la voûte plantaire. Des points spécifiques du corps humain sont stimulés positivement.

	25 min	50 min	High	25 min		50 min	
				Massage	56,50€	97,00€	
				Massage + Wellness	72,50€	113,00€	

SHIATSU

Une méthode globale qui rééquilibre les énergies du corps, travaille sur les points d’acupuncture et stimule ceux-ci par des pressions avec le pouce, la paume ou le coude.

	25 min	50 min	High	25 min		50 min	
				Massage	56,50€	97,00€	
				Massage + Wellness	72,50€	113,00€	

INTENSIF

Un massage vigoureux qui permet de dénouer nœuds et tensions sur l’ensemble du dos, des épaules, de la nuque et de la tête, pour un soulagement immédiat et durable.

	25 min	50 min	High	25 min		50 min	
				Massage	56,50€	97,00€	
				Massage + Wellness	72,50€	113,00€	