

D'COQUE FLASH

| the magazine

Dezember 2022





AGENDA

4

„HERAUSRAGENDE EVENTS IM JUBILÄUMSJAHRI!“

6

FOKUS AUF PARIS 2024: KOOPERATION MIT DEM INSEP

7

SPORTEVENTS IM DEZEMBER UND JANUAR

8

“LUXEMBOURG LADIES TENNIS MASTERS”

10

**CHANCE AUF 1.000 € – BESONDERES GEWINNSPIEL ZUM
ABSCHLUSS DES GEBURTSTAGSJAHRES**

12

**HERAUSFORDERUNG SCHULSCHWIMMEN:
DIE COQUE SETZT ERSTE MASSNAHMEN UM**

14

**NEUER KURS FÜR KINDER „KIDS GYM“ ERFREUT SICH GROSSER BELIEBTHEIT
&
RENOVIERUNG DES RESTAURANTS LA COQUILLE – UMZUG IN DIE PERLA**

„HERAUSRAGENDE EVENTS IM JUBILÄUMSJAHR!“

2022 WAR EIN SEHR EVENTREICHES JAHR FÜR DIE COQUE, DENN DAS „CENTRE NATIONAL SPORTIF ET CULTUREL“ HAT SEIN 20-JÄHRIGES BESTEHEN GEFEIERT, DAS CENTRE AQUATIQUE KONNTE DIESES JAHR BEREITS SEINEN 40. GEBURTSTAG FEIERN.



Foto: Olivier Minaire

Christian JUNG
GENERALDIREKTOR DER COQUE

Herr Jung, welche Events in diesem doppelten Jubiläumsjahr sind Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

Bis Ende 2022 werden mehr als 60 Events in der Coque stattgefunden haben, darunter einige wirklich einmalige und noch nie dagewesene Veranstaltungen! Stark beeindruckt hat mich persönlich das Gala-Match der Herren der deutschen und italienischen Volleyball-Nationalmannschaften, welche zwei Top-Nationen in dieser Disziplin sind. Eine mitreißende Atmosphäre bot auch die Team-Gym-Europameisterschaft mit über 600 Athleten aus 17 verschiedenen Ländern, die hier gegeneinander antraten. Gleiches gilt für das Ciné-Concert „Our Planet - Live in Concert“: eine super Show mit einem hervorragenden Orchester zu einem wichtigen und aktuellen Thema. Auch hervorzuheben sind die „Luxembourg Ladies Tennis Masters“ mit ehemaligen Top-Spielerinnen aus der Weltelite, wie beispielsweise Martina Hingis oder die spätere Siegerin Kim Clijsters. Sie haben dieses Jahr

zum ersten Mal im Gymnase der Coque gespielt und insgesamt einen sehr positiven Eindruck hinterlassen. Wir freuen uns daher sehr dieses tolle Sportereignis auch nächstes Jahr wieder in der Coque begrüßen zu können.

Im Rahmen der Feierlichkeiten gab es jeden Monat wechselnde Geburtstagsangebote für die Privatkunden der Coque. Können Sie uns einige Beispiele nennen und die Aktion genauer erklären?

Die Idee war, von Januar bis Dezember alle Kunden in unsere Jubiläumsfeierlichkeiten miteinzuverbinden. Zu diesem Zweck wurde den Coque-Nutzern monatlich eine neue Aktion angeboten, wie z.B. 20 Prozent Rabatt auf Eintritte zu unseren Installationen wie der Kletterwand, dem Wellnessbereich oder auch dem Centre Aquatique. Abschließen werden wir die Aktion im Dezember mit einem attraktiven Gewinnspiel für alle Nutzer der „Coque Kaart“, die uns als Stammkunden ganz besonders am Herzen liegen. Jeder Kunde der bereits eine „Coque Kaart“ besitzt oder sich neu registriert hat die Chance auf einen Extra-Bonus von 1.000€ beim Aufladen der Karte, den wir pünktlich zum Start ins neue Jahr auf die „Coque Kaart“ gutschreiben.



Foto: Noël Vo

14. TEAMGYM EUROPAMEISTERSCHAFT



Foto: Roland Miny

OUR PLANET - LIVE IN CONCERT

Es gibt einige neue Angebote in der Coque, wie z.B. die Kurse „Power Workout“, „Aqua Circuit“ und für die Kinder „Kids Gym“. Wie kommen diese Kurse bei den Besuchern an?

Diese Kurse erfreuten sich auf Anhieb einer großen Beliebtheit. Den Kunden, die schon in bestehenden Kursen eingeschrieben sind, bieten die neuen Angebote eine abwechslungsreiche Möglichkeit, aktiv zu sein. Gut aufgenommen wurden auch die neuen Kids Gym-Kurse. Das Ziel dieser Kurse ist die Verbesserung der Motorik und der Koordination junger Kinder. Um diese Kompetenzen auszubauen, wurden die ersten Kurse, mit der Unterstützung eines oder beider Elternteile, spielerisch und in lockerer Atmosphäre an den Wochenenden umgesetzt.

Auch die Schwimmkurse haben ein neues Konzept erhalten. Was wurde hier geändert und warum?

Die Schwimmkurse sind sowohl bei Erwachsenen als auch Kindern extrem beliebt, was sich in einem großen Zulauf widerspiegelt. Wir haben aus einer ehemals starren Struktur jetzt ein dynamisches System aufgebaut und die Aufnahmekapazität erhöht. Zum einen um den Kurs für alle Teilnehmer spannender und attraktiver zu gestalten, zum anderen ermöglicht es fortgeschrittenen Teilnehmern, einzelne Kursstufen zügiger zu absolvieren oder gar zu überspringen.

Die Coque arbeitet regelmäßig an neuen Infrastrukturprojekten und Renovierungen um den Kunden ein bestmögliches Erlebnis zu bieten. War dies auch 2022 der Fall?

Wir versuchen uns ständig weiterzuentwickeln, dies betrifft natürlich auch unsere Infrastruktur. Die größeren Bauprojekte werden bekanntlich von der Verwaltung für öffentliche Bauten realisiert, daneben organisieren wir aber auch strukturelle und technische Verbesserungen in Eigenregie: So erhielt die Arena der Coque dieses Jahr eine neue, hochwertige Lautsprecheranlage, die eine hervorragende Raumakustik garantiert. Zudem wurde in der Arena ein neuer LED-Videowürfel mit deutlich verbesserter Auflösung installiert. Des Weiteren ist eine neue Beleuchtungsanlage für 2023 geplant, die die Arena auf den neuesten Stand der Technik bringen soll.

Herr Jung, würden Sie behaupten, dass es ein rundum gelungenes Jubiläumsjahr war?

In der Tat! In dieser Hinsicht möchte ich mich ganz besonders bei unseren Mitarbeitern bedanken, die nicht nur 2022, sondern seit nunmehr zwei Jahrzehnten mit viel Einsatz zum Erfolg der Coque beitragen. Zusammen haben wir die schwierigen Zeiten während der Covid-Krise mit allen Einschränkungen gemeistert. Das gesamte Team hat sich vielen Herausforderungen gestellt und trotz allem immer wieder bewiesen, zu was es fähig ist. Deshalb an dieser Stelle ein großer Dank an alle Mitarbeiter für dieses Engagement. Darüber hinaus möchte ich mich aber auch bei allen unseren Kunden und Besucher für Ihre Treue in diesem Jahr bedanken!



Foto: d'Coque

GALA MATCH VOLLEYBALL

FOKUS AUF PARIS 2024: KOOPERATION MIT DEM INSEP



Am 14. Oktober wurde im Rahmen des Symposiums „ReFORM - Réseau Francophone Olympique de la Recherche en Médecine du Sport“ über die Prävention von Verletzungen im Sport im neuen Biomechanikzentrum „SportFabrik“ in Differdingen eine Partnerschaftsvereinbarung zwischen dem „Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance“ (INSEP) und dem „Luxembourg Institute for High Performance in Sports“ (LIHPS) in Anwesenheit seiner Partner, dem luxemburgischen Olympiakomitee (COSL), dem „Luxembourg Institute of Research in Orthopedics, Sports Medicine and Science“ (LIROMS) sowie der Coque unterzeichnet.

Diese Vereinbarung wird nicht nur die bestehende Zusammenarbeit und die freundschaftlichen Beziehungen zwischen den verschiedenen Partnern stärken, sondern soll auch die Zusammenarbeit in folgenden Bereichen fördern:

- **Austausch von Experten in den Bereichen Sportmedizin und -wissenschaft**
- **Unterstützung innovativer Programme in Sportwissenschaft und Forschung**
- **Teilnahme an Konferenzen, Beteiligung von Referenten und Dozenten**
- **Gegenseitiger Austausch von Sportmannschaften im Rahmen von Trainingslagern**

Die Kooperation soll das gemeinsame Engagement aller Partner, auf das gemeinsame Ziel der Olympischen und Paralympischen Spiele 2024 in Paris und die Entwicklung des Hochleistungssports im Allgemeinen verdeutlichen.

Die Coque freut sich sehr Teil dieser Kooperation zu sein und Sportler sowie Experten aus Medizin und Sportwissenschaft in Luxemburg begrüßen zu können.

ÉVÉNEMENTS SPORTIFS

Ce programme est une sélection
de manifestations sportives
ayant lieu à la Coque *

DÉCEMBRE 2022

17.12	Meeting Indoor Régio 1 - Athlétisme
19.12	Qualif. Championnats d'Europe Dames Luxembourg – Autriche - Tennis de table
23.12	Meeting Indoor Régio 2 - Athlétisme

JANVIER 2023

06.-08.01	Ncup #33 - Volleyball
15.01	Indoor Aquathlon 2023 - Triathlon
22.01	CMCM Indoor Meeting - Athlétisme
27.-29.01	Euro-Meet - Natation
28.-29.01	Demi-Finales Loterie Nationale Coupe & LALUX Ladies Cup - Basketball

...

“LUXEMBOURG LADIES TENNIS MASTERS” FEIERN PREMIERE IN DER COQUE

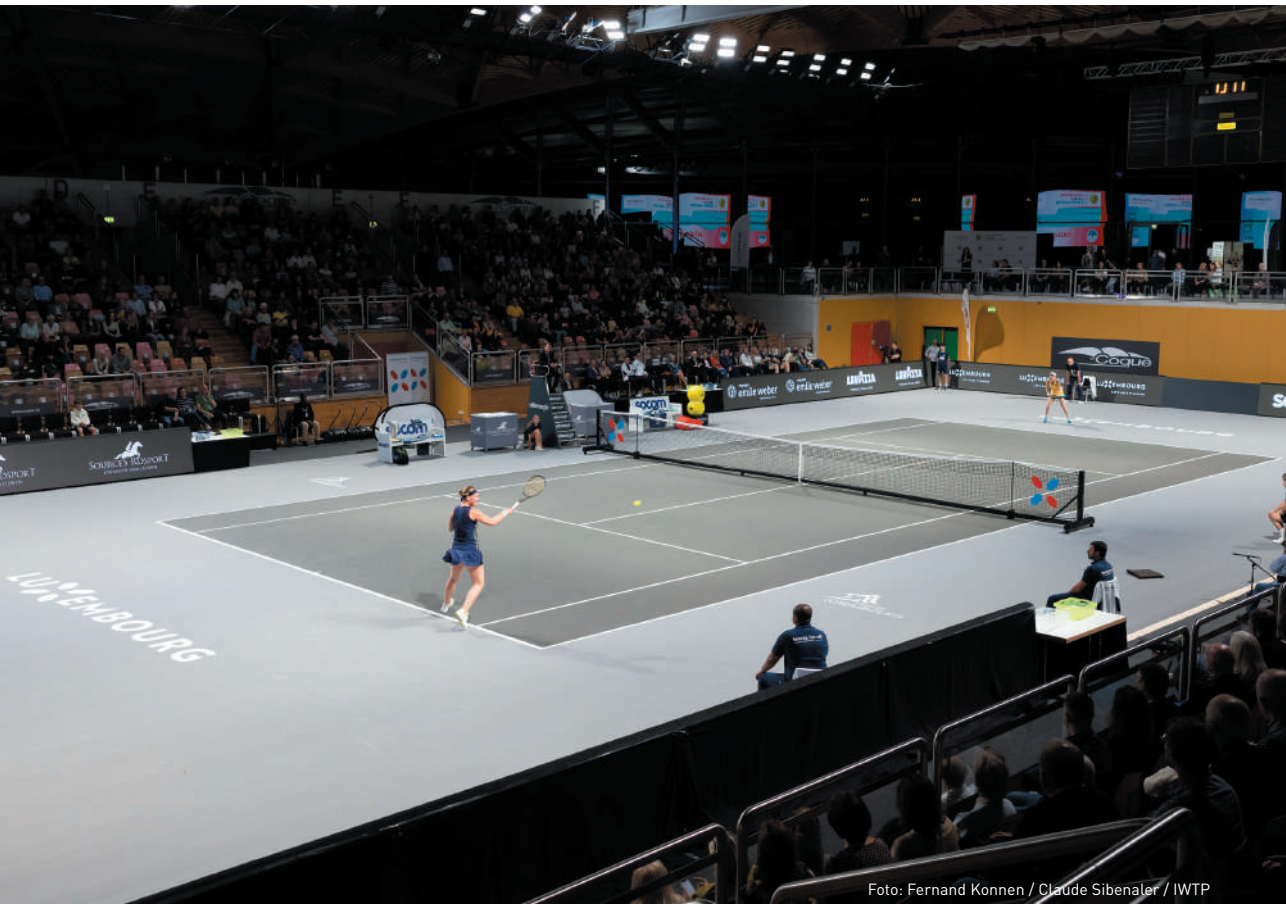


Foto: Fernand Konnen / Claude Sibenaler / IWTP

Vom 20.-23. Oktober fanden erstmalig in der Coque die „Luxembourg Ladies Tennis Masters“ statt. Die Belgierin Kim Clijsters konnte sich mit einem Sieg gegen die Schweizerin Martina Hingis den Turniergewinn sichern. Über vier Tage traten ehemalige Weltklassem Spielerinnen wie die zuvor genannten Kim Clijsters, Martina Hingis oder auch Daniela Hantuchova im Gymnase der Coque gegeneinander an. Auch die Luxemburgerin Mandy Minella gehörte zum Teilnehmerfeld, musste sich aber leider in der ersten Runde gegen die spä-

tere Siegerin Kim Clijsters geschlagen geben. Das Interesse der Zuschauer war groß und das spiegelte sich im gutbesuchten Gymnase wider. So ließen es sich auch neben Großherzog Henri, viele bekannte Luxemburger Persönlichkeiten wie der Premierminister Xavier Bettel oder auch der Sportminister Georges Engel, die Gelegenheit nicht nehmen, am Sonntag zum Finale in die Coque zu kommen. Auch im nächsten Jahr werden die „Luxembourg Ladies Tennis Masters“ vom 19. bis 22. Oktober 2023 in der Coque stattfinden.

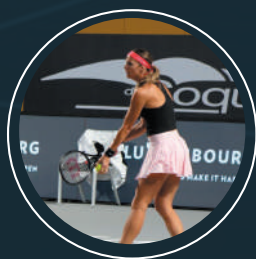


Martina Hingis

„Es war für uns alle eine große Freude, wieder einmal professionelles Tennis zu spielen. Vielen Dank an die Organisatoren der IWTP und an die Stadt Luxemburg, die uns diese Gelegenheit geboten haben. Ich hatte in meiner Karriere noch nie die Gelegenheit, in Luxemburg zu spielen, daher war es besonders schön für mich, diese großartige Stadt zu entdecken.“

Mandy Minella

„Vielen Dank an die Organisatoren der „Luxembourg Ladies Tennis Masters“ für diese schöne erste Veranstaltung in der Coque. Was für ein schöner Platz, es war mir eine große Ehre, zum ersten Mal gegen Kim Clijsters zu spielen.“



Kim Clijsters

„Ich hatte eine wirklich schöne Zeit in Luxemburg und bin froh, dass wir die erste Ausgabe des Turniers erfolgreich gestalten konnten. Danke an alle Fans, die in der Halle waren!“

Agnieszka Radwanska

„Es war eine großartige Veranstaltung und Erfahrung! Es hat so viel Spaß gemacht wieder Einzel zu spielen und ich bin froh, dass ich den Platz mit guten Tennisfreundinnen teilen konnte. Ich hoffe wirklich, dass es mehr Veranstaltungen wie diese geben wird.“



Daniela Hantuchova

„Ich hätte nie gedacht, dass ich noch einmal die Chance haben würde, an einem Wettbewerb teilzunehmen, und ich konnte in den Wochen vor dem Turnier nicht aufhören zu lächeln, weil es so viel Spaß gemacht hat sich darauf vorzubereiten, auch wenn unsere Körper manchmal wie verrückt schmerzten. Die neue Infrastruktur mit dem vielfältigen Sportangebot war sehr toll, als Athlet hat man sich direkt wie zu Hause gefühlt.“



CHANCE AUF 1.000 € – BESONDERES GEWINNSPIEL ZUM ABSCHLUSS DES GEBURTSTAGSJAHRES

Um ihren Geburtstag zusammen mit allen Kunden zu feiern, hat die Coque im Geburtstagsjahr besondere Aktionen und Rabatte für die verschiedenen Bereiche angeboten. So hatten die Kunden die Chance über das Jahr hinweg alle Aktivitäten zu vergünstigten Konditionen kennenzulernen. Zum Abschluss hat die Coque sich etwas Besonderes einfallen lassen um vor allem ihre treuen Kunden, insbesondere die Kunden mit einer „Coque Kaart“, in die Geburtstagsangebote miteinzubeziehen:

Im Dezember erhalten alle Neukunden sowie Kunden, die bereits eine „Coque Kaart“ besitzen, die einmalige Möglichkeit, dass ihnen 1.000 € auf ihre „Coque Kaart“ gutgeschrieben wird. Jeder Kunde, der seine „Coque Kaart“ im Dezember mit mehr als 99 € auflädt, kommt in einen Lostopf, aus dem Anfang Januar ein glücklicher Gewinner gezogen wird. Dieser erhält dann zusätzlich 1.000 € auf seine „Coque Kaart“ und kann diese für die verschiedenen Aktivitäten einsetzen.

Doch was sind eigentlich genau die Vorteile einer „Coque Kaart“?

Die „Coque Kaart“ ist die „All In One“-Karte, mit der Sie alle Produkte und Dienstleistungen der Coque bezahlen können. Die Karte ist kostenfrei und wird in Form einer personalisierten Karte oder eines Armbands ausgegeben. Sie erhalten Eintritt zu den Aktivitäten, ohne vorherigen Gang zur Kasse und profitieren von längeren Öffnungszeiten. So erhalten Sie z.B. früheren Zugang zum Centre Aquatique: 1,5 Stunden vor der regulären Öffnungszeiten unter der Woche und sogar 2 Stunden am Wochenende. Darüber hinaus gibt es verschiedene Aufladebeträge (100-300 €), bei denen Sie bis zu 15% Rabatt auf die Sportaktivitäten erhalten.

Wie erhalte ich eine „Coque Kaart“?

Gerne erstellt Ihnen das Rezeptionsteam schnell und kostenfrei Ihre persönliche „Coque Kaart“.

CALENDRIER DES OFFRES « ANNIVERSAIRE »

 Centre Aquatique JANVIER 20 % sur les abonnements	 Centre de Détente FEVRIER Deux entrées pour le prix d'une	 Studio MARS 20 % sur les entrées au Studio	 Restaurant La Coquille AVRIL Une boisson offerte avec un plat du jour	 Mur d'escalade MAI 20 % sur les cours privés et séances d'essai	 Cours Sportifs JUIN 20 % sur les cours sportifs en salle et sur les entrées Studio
 Centre de Détente JUILLET 20 % de réduction sur les massages	 Fresh & Fitness Corner AOÛT Un dessert maison offert	 Mur d'escalade SEPTEMBRE 20 % de réduction sur les entrées	 Restaurant La Coquille OCTOBRE 20 % de réduction sur la formule Buffet	 Business NOVEMBRE 20 % de remise sur les offres «business»	 Coque Kaart DECEMBRE Tentez de remporter 1000 €



*Pour Noël,
offrez la liberté de choisir !*



NATATION



ESCALADE



WELLNESS



RESTAURATION



COURS & FITNESS

Commandez votre chèque cadeau à la réception de la Coque ou au 43 60 60 1.

Plus d'infos: www.coque.lu

2, rue Léon Hengen • L-1745 Luxembourg



HERAUSFORDERUNG SCHULSCHWIMMEN: DIE COQUE SETZT ERSTE MASSNAHMEN UM

Im Rahmen des Schulsports empfängt die Coque jede Woche mehr als 190 Schulklassen im Centre Aquatique. Damit nutzen wöchentlich rund 3.800 Schülerinnen und Schüler die Becken des nationalen Sport- und Kulturzentrums, wobei der Großteil aus den Gymnasien des erweiterten Stadtgebietes kommt.

Im Bereich des Schulschwimmens musste über die letzten Jahre leider festgestellt werden, dass immer mehr Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe ein unbefriedigendes Schwimmniveau vorweisen, und so teilweise Schwierigkeiten haben eine Strecke von 25 Metern ohne Hilfsmittel zurückzulegen. Dies stellt die Lehrerinnen und Lehrer natürlich vor große Herausforderungen, da die Übungen im Wasser aufgrund der unterschiedlichen Fähigkeiten der Schüler jeweils individuell angepasst werden müssen, allerdings darf die Sicherheit aller Schüler auch nicht unter diesem Mehraufwand leiden.

Angesichts dieser negativen Entwicklung, deren Ursachen vielfältig sind, arbeiten die Coque, der Verband der Sportlehrer (APEP) und das Bildungsministerium sehr eng zusammen um den Schülerinnen und Schüler, die mangelhafte Fähigkeiten beim Schwimmen aufweisen, eine verbesserte Betreuung zu gewährleisten und die Schwimmfähigkeiten dieser Schülerinnen und Schüler so schnell wie möglich zu verbessern. Erste konkrete Maßnahmen wurden dabei bereits im September 2022 umgesetzt und von den verschiedenen Lehrerinnen und Lehrern auch sehr positiv aufgenommen.

Jérôme Schmidt, Sportkoordinator des „Lycée Technique Centre Annexe Kirchberg“, beschreibt die Situation wie folgt: „An de lesch-



te Joren huet ee misse feststellen, dass et bei de Schüler ëmmer méi „Non Nageurs“ gëtt. Nodeems et e puer Versammlungen mat der Coque, Vertrieeder vum MEN a Vertrieeder vu verschiddene Schoule gouf, kënne mer behaapten, dass mir an Zesummenaarbecht mat der Coque um richtege Wee sinn, fir den „Non Nageurs“ mat enger neier pedagogescher Offer kënnen ze hëllefen. Zil ass et en „Non Nageurs“ esou



Foto: C. Weber

séier wei méiglech schwammen ze léieren, fir duerno aktiv um reguläre Schwammcours kënnen deelzehuelen. Mat der Coque zesumme sinn hei e puer Decisioune getraff ginn déi dës Ziler erméiglechen an déi eng reell Opwäertung vun der Qualitéit vum Schwammunterricht an der Schoul duerstellt.“

„Nach dieser ersten Phase der Umsetzung, ist

es allerdings wichtig die Situation weiterhin im Auge zu behalten und regelmäßig neu zu bewerten. Daher ist der gute und konstruktive Austausch mit dem Bildungsministerium, den Vertretern der APEP und auch den Sportlehrern vor Ort sehr wichtig um gemeinsam Lösungsansätze auszuarbeiten und so dieser Problematik entgegenzuwirken, betont Stéphane Conter, Leiter des Sportbüros der Coque.“

NEUER KURS FÜR KINDER „KIDS GYM“ ERFREUT SICH GROSSER BELIEBTHEIT



Kids Gym ist ein neuer Kurs, den die Coque seit Anfang Oktober für Kinder im Alter von 3 bis 7 Jahren anbietet, mit dem Ziel, die motorische Entwicklung des Kindes durch spielerische und körperbetonte Aktivitäten zu fördern. Mit viel Spaß verbessert das Kind in seinem eigenen Rhythmus seine Koordination, sein Gleichgewicht und seine Kraft, dies immer in Begleitung der Eltern.

In kleinen Gruppen von maximal 10 Kindern verstärkt dieser Kurs also nicht nur die Beziehung zwischen Eltern und Kind, sondern ermöglicht auch die Entwicklung von Selbstvertrauen, der Körperflexibilität sowie der eigenen Körpersprache. Basierend auf 10 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten (Gesamtpreis 140 €) werden die Kurse von Januar bis März, von April bis Juli und von September bis Dezember angeboten.

Die Kurse sollen den Bedürfnissen und den Fähigkeiten der verschiedenen Alterskategorien gerecht werden und sind deshalb in zwei verschiedene Gruppen unterteilt:

	Von 3 bis 4 Jahren	Von 5 bis 7 Jahren
Samstag	10:30 - 11:15 Uhr	11:30 - 12:15 Uhr
Sonntag	09:15 - 10:00 Uhr 10:15 - 11:00 Uhr	11:15 - 12:00 Uhr

Sichern Sie sich Ihren Platz für die nächsten Kurse ab dem 28.11.2022 über den Webshop der Coque:
www.shop.coque.lu

RENOVIERUNG DES RESTAURANTS LA COQUILLE – UMZUG IN DIE PERLA

Ab dem 26. November wird das Restaurant „La Coquille“ teilweise renoviert. Der Betrieb wird temporär in den Räumlichkeiten des Restaurants „La Perla“ unmittelbar neben dem Centre Aquatique fortgeführt. Bis voraussichtlich Ende Dezember wird dort eine angepasste Karte des Restaurants „La Coquille“ angeboten.

Ab Januar 2023 freut sich die Coque, Ihnen wieder das Restaurant „La Coquille“ in gewohnter Umgebung präsentieren zu können. Das genaue Datum der Wiedereröffnung wird über die Homepage rechtzeitig bekanntgegeben. Tischreservierungen werden weiterhin gerne über folgende Telefonnummer oder per Mail entgegen genommen: restauration@coque.lu / +352 436060 530.





ACTIVE Holidays

WHETHER YOU LIKE HIKING, CYCLING,
KITESURFING OR DIVING, MAKE THE
MOST OF GREAT SPORTING MOMENTS

- HIKING**
Corsica - Madeira
- CYCLING**
Gran Canaria - Majorca
- KITESURFING**
Fuerteventura - Rhode
- DIVING**
Hurghada - Marsa Alam
Fuerteventura - Malt

Information in your travel agency, in your Luxair Travel Store or on luxairtours.lu



*Merci
pour votre fidélité !*

D'COQUE PARTNER



Tageblatt
die Zeitungsgruppe



[LU:NEX]

International University of
Health, Exercise & Sports



IMPRESSUM

Centre National Sportif et Culturel - d'Coque
2, rue Léon Hengen • L-1745 Luxembourg
Tél. +352 43 60 60 1 • info@coque.lu
www.coque.lu

Koordination:
Philippe Bretz

Konzept, Design und Layout:
Thibault Jeannin
Mathieu Magras

Druck:
d'Coque

Fotos:
d'Coque, F. Konnen, C. Sibenaler, IWTP,
O. Minaire, LIHPS, R. Miny, N. Vo, C. Weber

