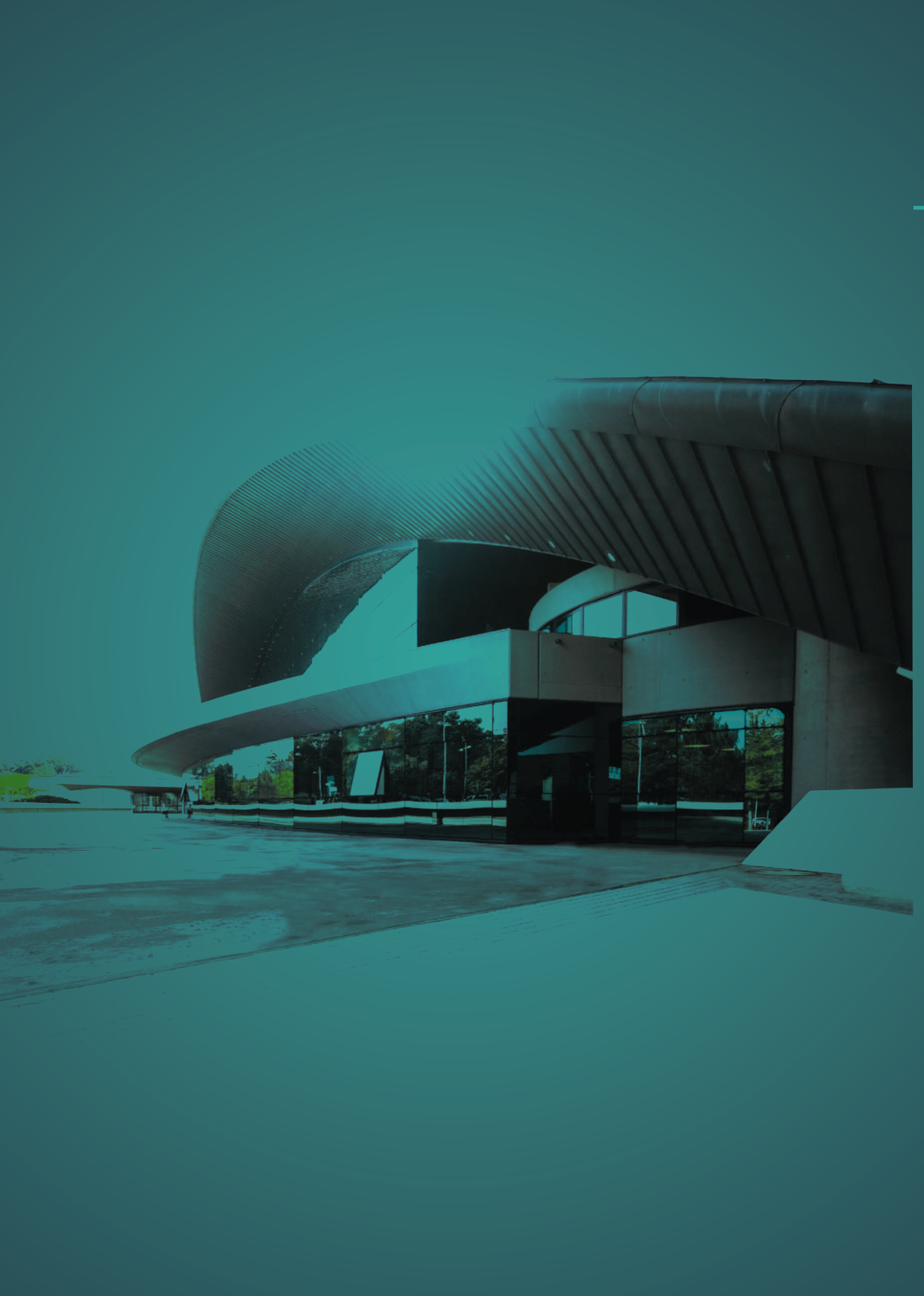


D'COQUE FLASH

| the magazine

Oktober / November 2023





AGENDA

4

„ENGER AUSTAUSCH MIT DEN VERBÄNDEN ALS BASIS FÜR EINE GUTE ZUSAMMENARBEIT“ - INTERVIEW MIT CHRISTIAN JUNG, DIREKTOR DER COQUE

6

RÜCKBLICK: DIE EVENT-HIGHLIGHTS IM SOMMER

8

NEUER SPORTKURS „BACK FIT“

11

GYMMOTION - „HIGHER POWER“ AM 7. DEZEMBER IN DER COQUE

12

LUXEMBOURG LADIES TENNIS MASTERS ZURÜCK IN DER COQUE

14

EVENTS IM OKTOBER UND NOVEMBER 2023

„ENGER AUSTAUSCH MIT DEN VERBÄNDEN ALS BASIS FÜR EINE GUTE ZUSAMMENARBEIT“



Foto: d'Coque

Christian JUNG
DIREKTOR DER COQUE

Herr Jung, die Coque erlebte diesen Sommer zweifellos eine Fülle von Aktivitäten. Könnten Sie uns einen Einblick in die herausragenden Ereignisse der vergangenen Monate gewähren?

Christian Jung: Die Zeiten, in denen es während der Sommermonate in der Coque etwas ruhiger zugeht, sind definitiv vorbei. Ende Juni hatten wir mit dem „CEV Queen & King of the Court“, welches wir gemeinsam mit dem europäischen sowie dem luxemburgischen Volleyballverband organisiert haben, ein Beachvolleyball-Turnier auf allerhöchstem Niveau mit einem einmaligen Konzept. Darüber hinaus sorgten diesen Sommer zwei mitreißende Länderspiele im Basketball – Luxemburg-Irland sowie Luxemburg-Kroatien – für volle Zuschauerränge im Gymnase der Coque. Ein weiteres tolles Sportereignis war das FLVB-Galamatch am 19. August, bei dem mit Deutschland und den Niederlanden, zwei europäische Top-Teams im Volleyball, gegeneinander antraten. Am 21. September stand dann wie jedes Jahr der „Business Run“ auf dem Pro-

gramm. Über 5.000 Läufer aus den umliegenden Unternehmen starteten an der Coque und erlebten nach 5,5 km Laufstrecke rund um Kirchberg eine tolle AfterRun-Party in der Arena.

Die Coque ist bekannt für ihre vielfältigen Events aus unterschiedlichen Sportarten. Was können wir in den kommenden Monaten erwarten? Können Sie uns bereits einige Höhepunkte nennen, auf die wir gespannt sein dürfen?

Christian Jung: Mit der Wiederaufnahme der Indoor-Aktivitäten finden jetzt wieder wöchentlich die verschiedenen Events der Sportverbände statt. Darüber hinaus wird es als Neuheit am 8. Oktober eine Porte Ouverte, unseren „Open Day“, in der Coque geben. Zudem werden ab dem 19. Oktober wieder ehemalige Top-Tennisspielerinnen beim Luxembourg Ladies Tennis Masters im Gymnase gegeneinander antreten. Danach geht es dann Schlag auf Schlag weiter mit zahlreichen internationalen Sportevents in den unterschiedlichsten Sportarten.

Stichwort „Open Day“ : Können Sie uns hierzu Näheres verraten?

Christian Jung: Ziel der Aktion ist es, die Menschen die vielen Facetten und Aktivitäten der Coque erleben zu lassen und ihnen die Freude an sportlicher Betätigung nahezu bringen. „Aktiv mitmachen“ lautet das Motto an diesem Tag der offenen Tür. Zu diesem Zweck bieten wir viele interessante Workshops an, die wir zusammen mit den Sportverbänden moderieren. In das Gesamtkonzept ist alles eingebunden, was die

Coque zu bieten hat. So lassen sich zum Beispiel unser Centre Aquatique und die Kletterwand unter professioneller Betreuung entdecken, ebenso der Wellnessbereich mit verschiedenen Saunen und unserem Massageangebot. Für die Jüngsten wird es betreute Kinderateliers geben, bei denen sie sich mit den verschiedensten Sportarten vertraut machen können. Selbstverständlich ist die Teilnahme – außer was die Verpflegungs- und Massageangebote betrifft – vollkommen gratis und es ist keine Anmeldung erforderlich. Wer sich also an diesem Wahltag die Zeit zwischen Stimmabgabe und den ersten Resultaten auf angenehme und interessante Weise vertreiben will, sollte sich unseren „Open Day“ am 08.10. nicht entgehen lassen!

Regelmäßig nutzt die Coque die Sommermonate, um Wartungen und Modernisierungen der Infrastruktur durchzuführen. Wir haben von neuen Lichtinstallationen und einer Ausstattung mit LED-Lampen im gesamten Gebäude gehört. Können Sie uns mehr darüber berichten und uns sagen, wie diese Modernisierung das Erlebnis für Besucher und Nutzer bereichern wird?

Christian Jung: In der Tat war die Arena der Coque den Sommer über geschlossen, weil wir in dieser Zeit die mittlerweile zwanzig Jahre alte Beleuchtung durch über 160 LED-Paneele ersetzt haben. Daraus ergibt sich neben der Energieeinsparung von bis zu 63% auch ein überaus positiver Effekt auf die Helligkeit in der Arena und somit auf die professionelle Ausleuchtung der Wettkämpfe in verschiedenen Sportarten auf

internationalem Niveau. Im ganzen Gebäude wurden weitere 800 alte Neonröhren durch LED-Leuchten ersetzt, was ebenfalls dazu beiträgt, den Energieverbrauch erheblich zu senken.

Die Coque trägt zur sportlichen Vielfalt und der Unterstützung der Sportler bei. Wie engagiert sich das Nationale Sport- und Kulturzentrum, um lokale Sportler und Verbände zu fördern und in ihre Programme zu integrieren?

Christian Jung: Die Coque sieht sich ihrer Mission gemäß als verlässlicher Partner der Sportverbände, zu denen wir enge Kontakte unterhalten. Dabei ist es unser Anliegen, diese Zusammenarbeit unablässig zu verbessern und aus-

zubauen und dies auch in der Öffentlichkeit stärker zu vermitteln. In diesem Bestreben werden regelmäßig Treffen mit den einzelnen Verbänden organisiert. Der konstruktive Austausch mit den Verbänden ist für uns die Basis einer guten Zusammenarbeit.

Für die Coque ist es besonders wichtig diesen Input zu erhalten, um so ihre Angebote und Infrastrukturen kontinuierlich verbessern und weiterentwickeln zu können. Manche Sportverbände verfügen nicht immer über die notwendigen Personalressourcen und lassen sich deshalb sehr gern vom Coque-Team mit organisatorischem Know-how und neuen Ideen unter die Arme greifen. Wir helfen, wo wir können, darin sehen wir unsere Aufgabe!

OPEN DAY AT COQUE

8. OKTOBER 2023 / 11-17 UHR

**FREIER
EINTRITT**



DAS VIELFÄLTIGE ANGEBOT DER COQUE ENTDECKEN UND AUSPROBIEREN!

- Sports Workshops *(organisiert von den Verbänden)*
- Schwimmbad & Wellnessbereich
- Fitness & Sportkurse
- Kletterwand
- Entertainment & Catering
- Musik & vieles mehr...

KIDS AREA

- Hüpfburg
- Bällebad & Mini-Golf
- Supergoal & vieles mehr...

PROGRAMM & WEITERE INFOS: COQUE.LU

Centre National Sportif & Culturel
2, rue Léon Hengen • L-1745 Luxembourg • Tél. +352 43 60 60 1



RÜCKBLICK: DIE EVENT-HIGHLIGHTS IM SOMMER

Nicht nur während der „Indoor-Saison“, die ab Oktober anfängt, finden in den verschiedenen Infrastrukturen der Coque viele Events statt. Mittlerweile sind auch die Sommermonate geprägt von Veranstaltungen jeglicher Art. Im folgenden Artikel blicken wir zurück auf die Event-Highlights der letzten Wochen und Monate, darunter die Premiere des Beachvolleyball-Turniers „CEV Queen and King of the Court“ im Außenbereich der Coque.

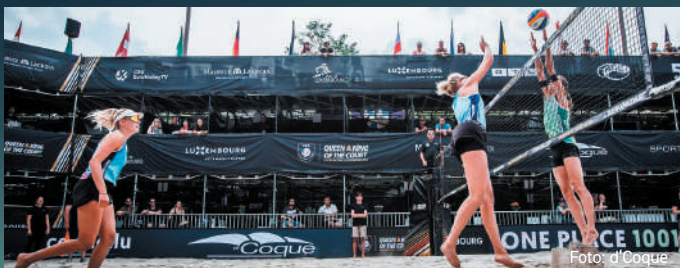


Foto: d'Coque



Foto: d'Coque

CEV Queen and King of the Court

50 Jahre europäischer Volleyballverband CEV und 60 Jahre luxemburger Volleyballverband FLVB: Anlässlich dieser Jubiläen waren vom 27.06. bis zum 01.07. einige von Europas besten Beachvolleyballern zu Gast in Luxemburg. Bei dem speziellen Turnierformat, welches im Außenbereich der Coque stattgefunden hat, begeisterten die Teams über fünf Tage zahlreiche Zuschauer und sorgten für eine tolle Stimmung in der extra für das Event aufgebauten Beachvolleyball-Arena.



Foto: d'Coque



Foto: FLVB

Volleyball-Galamatch Deutschland vs. Niederlande

Am 19.08. hatte die FLVB ins Gymnase der Coque geladen, um zusammen mit allen Volleyballfans den 60. Geburtstag des luxemburgischen Verbandes zu feiern. Hierzu hatte man für ein Galaspiel zwei Teams eingeladen, die eine Woche später an der Europameisterschaft teilnahmen, Deutschland und die Niederlande. Diese boten den Zuschauern ein hochinteressantes Spiel auf sehr hohem Niveau.



Foto: d'Coque

Small States of Europe Karate Championships

Karate steht nicht im Programm der Spiele der kleinen Staaten, deswegen trägt die Kampfsportart ihre eigene Meisterschaft der kleinen Nationen aus. Diese fand vom 15.-17.09. in der Coque statt und sämtliche der neun JPEE-Nationen waren mit insgesamt über 300 Athleten vor Ort. Die luxemburgische FLAM-Auswahl zeigte eine hervorragende Leistung und belegte mit 21 Goldmedaillen den zweiten Platz.

„End of Season“

Am 06.07. richtete die Coque ihr jährliches „End of Season“-Event auf der Terrasse des Restaurants „la coquille“ aus. Die Coque empfing dort ihre engsten Partner wie Schulen, Sportverbände und Sportler, um die vergangene Saison Revue passieren zu lassen. In lockerer Atmosphäre wurde sich ausgetauscht und das aktuelle Geschehen besprochen. Sportminister Georges Engel war ebenfalls anwesend und richtete einige Worte an die verschiedenen Gäste aus der luxemburgischen Sportwelt.



Foto: d'Coque



Foto: d'Coque



Foto: Markus Lutz



Foto: Markus Lutz

9. „Luxembourg Times Business Run“

Wie schon in den vergangenen Jahren, fand auch dieses Jahr am 21.09. der Luxembourg Times Business Run rund um die Coque statt. Über 5.000 begeisterte Läufer aus 348 Luxemburger Unternehmen bewältigten die 5,5 km Strecke über das Kirchberg-Plateau. Im Anschluss gab es wieder ein umfangreiches Rahmenprogramm mit Live-Musik, Siegerehrung und After-Show Party in der Arena der Coque.



Foto: R. Miny

FLBB-Länderspiele gegen Kroatien und Irland

Am 22. Juli und am 2. August bestritt die Basketball-Nationalmannschaft der Männer zwei Länderspiele gegen Kroatien und Irland im Rahmen der Vorqualifikation für die EM 2025. Trotz guter Leistung musste sich die Mannschaft von Nationaltrainer Ken Diederich leider zweimal geschlagen geben. Dennoch begeisterte die Mannschaft erneut die Luxemburger Basketballfans und sorgte für eine tolle Atmosphäre im zweimal fast ausverkauften Gymnase der Coque.



Foto: R. Miny

NEUER SPORTKURS „BACK FIT“: JUNGBRUNNEN FÜR DEN RÜCKEN!

Mit einem neu eingeführten Sportkurs hat die Coque einem weit verbreiteten Leiden den Kampf angesagt. Die Rede ist von Rückenproblemen, die immer mehr Menschen Beschwerden im Alltag bereiten. Bewegungsmangel und nicht zuletzt stundenlanges Sitzen vor dem Computerbildschirm sind oft die Ursache für lästige Rückenschmerzen.

Mit dem spezifischen und kontrollierten Rückentraining, das die Coque mit ihrem neuen BACK FIT-Sportkurs anbietet, lässt sich Rückenproblemen erfolgreich entgegenwirken. Das von Experten ausgearbeitete Trainingsprogramm verbindet die gezielte Stärkung der Rückenmuskulatur effektiv mit der schonenden Mobilisierung der Wirbelsäule.

Dadurch werden Rückenschmerzen nicht nur vorgebeugt, sondern vorhandene Beschwerden werden erheblich gelindert und das allgemeine Wohlbefinden verbessert sich merklich.

BACK FIT reiht sich nahtlos ein in die Palette der beliebten Coque-Sportkurse, bei denen man seine persönliche Fitness unter der Anleitung von erfahrenen Trainern verbessern kann, die auf Ihre Form und Bedürfnisse eingehen. Zusätzlich motivierend sind die gute Laune und die mitreißend positive Gruppendynamik in den Kursen.

Die BACK FIT-Kurse finden dienstags von 12:30 bis 13:15 Uhr in der Coque statt. Der Preis pro Kurs beträgt 12,30 € (Anmeldung empfohlen).

Ganz gleich, ob Sie Gewicht verlieren, Muskulatur und Beweglichkeit verbessern, Stress abbauen oder einfach nur Spaß haben wollen – unter den Sportkursen der Coque, die von Montag bis Freitag stattfinden, ist garantiert für jeden etwas dabei! Ob Body Shape – Core Training – Power Workout – Pilates – Zumba – Yoga – Group Cycle – Aqua-Fitnesskurse oder die neuen BACK FIT-Kurse.

Tun Sie sich und Ihrem Körper etwas Gutes und gönnen Sie sich die Wohltaten eines Sportkurses in der Coque! Weitere Informationen finden Sie unter **www.coque.lu**

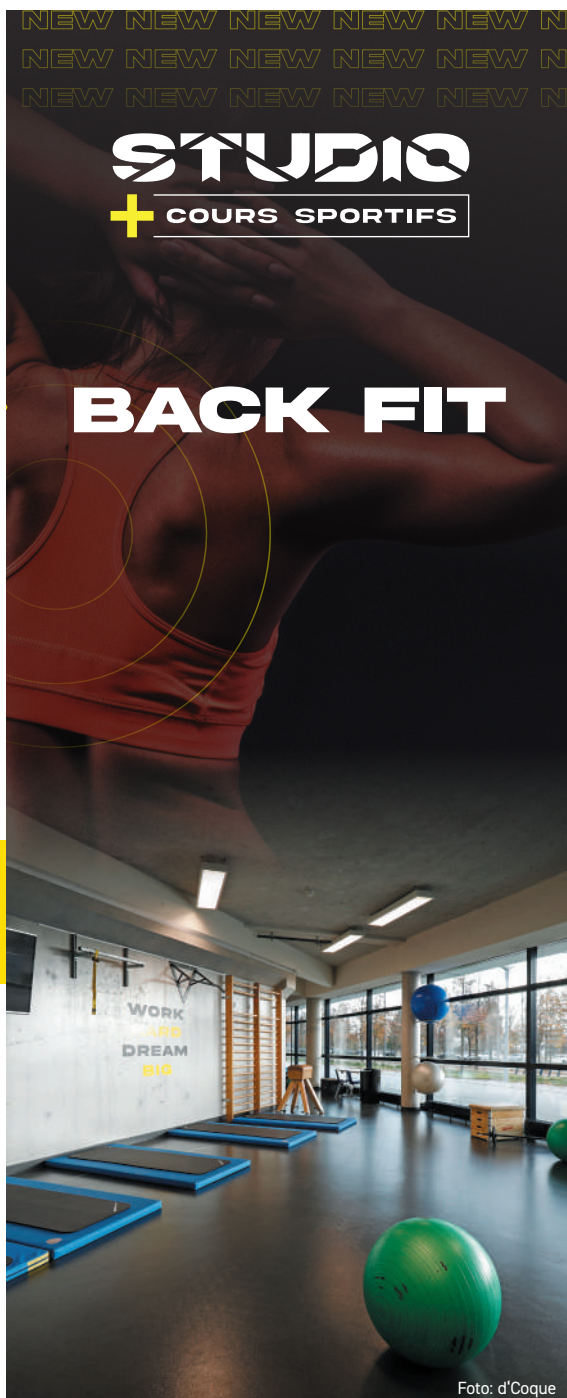


Foto: d'Coque

STUDIO

+ COURS SPORTIFS

FITNESS

GROUP CYCLE

BODY SHAPE

ZUMBA

YOGA

PILATES

CORE TRAINING

PERSONAL TRAINING

POWER WORKOUT

NEW >>> **BACK FIT** <<< NEW

ENTRAÎNEZ-VOUS AU STUDIO DE LA COQUE ET
PROFITEZ DES INSTALLATIONS DE HAUT NIVEAU !

INSCRIVEZ-VOUS SUR SHOP.COQUE.LU

STRIDE
ONE JUMP AHEAD

d'Coque

STRIDE
ONE JUMP AHEAD

45
CM

GYMMOTION

DIE FASZINATION DES TURNENS

HIGHER POWER

Die einmalige
Show aus
Turnen, Theater,
Artistik und
Varieté.

Centre National Sportif et Culturel d'Coque

Donnerstag, 07.12.2023
19.30 Uhr (Gymnase)

Jetzt Tickets sichern : www.coque.lu
oder www.ticket-regional.de/gymmotion-lux

In Kooperation mit



GYMMOTION - „HIGHER POWER“ AM 7. DEZEMBER IN DER COQUE

„HIGHER POWER“ heißt die neue Show der „GYMMOTION – Die Faszination des Turnens“, welche am 07.12. in die Coque nach Luxemburg kommt! Erleben Sie sportliche Perfektion bis in die Spitze und genießen Sie unbeschwerte Stunden in einer außergewöhnlichen Show für die ganze Familie. Sehen Sie Artisten, Sportler, Turner und Entertainer von Weltklasse!

Unter anderem folgende Showacts sind Teil von GYMMOTION - „HIGHER POWER“:

Kalle Pikkumarju: Kalle Pikkumarju begann seine Zirkusausbildung im Alter von 10 Jahren in der Jugendzirkusschule Sorin Sirkus in Tampere, Finnland, mit dem Hintergrund im Kunstturnen auf Wettkampfniveau. Zu seinen Preisen und Erfolgen zählen: Goldpreis Australian Circus Festival in Sydney, Sonderpreis beim Festival Internacional del circ Elefant d'or.



Barto Comedy: „Barto“, das ist Bart van Dyck aus Belgien, der komische Mann mit den Gummiknochen, der sich auch mal durch eine enge Tonne oder einen Drahtkleiderbügel quetscht. Ein Mann - ein Clown, ein berührender Pantomime, ein außergewöhnlicher Schlangemensch und ein fantastischer Akrobat. Sein Leben ist die Welt der Manege und des Varietés.

„Power“ Sportakrobatik: Neun Akrobaten im Alter von zehn bis 35 Jahren und 80 Deutsche Meistertitel, vereint in einer Show! Das alles steht für die Showgruppe POWER! Dem einen oder anderen werden die POWER-Sportakrobaten vielleicht bekannt vorkommen, sie waren bereits bei der RTL-Show „Das Supertalent“ zu sehen, um dort mit ihren unglaublichen Würfen, Salti und meterhohen Pyramiden zu beeindrucken.

Nationalmannschaft Rhythmische Sportgymnastik: Die wahrscheinlich eleganteste Sportart der Welt wird in zwei atemberaubenden, modernen Shows dargestellt. Sehen Sie die Nationalmannschaft als Gruppe und eine Einzel-Show. Rhythmische Sportgymnastik zum Genießen.

Face Team Acrobatic Sports Theatre: „Face Team Acrobatic Sports Theatre“ führt seit 2004 aktiv akrobatische Basketballshows oder akrobatische Slam-Dunking-Shows durch. Bei mehr als 3.000 Live-Shows auf fünf Kontinenten haben sie bereits mehr als 15 Basketball- und Trampolin-bezogene Guinness-Weltrekorde aufgestellt.

Cat Woman: Eine Kür auf dem Balken ist eine Demonstration von Balancegefühl und höchstschwieriger Akrobatik im artistischen Bereich. „Cat Woman“ ist die Kombination aus Höchstleistung und Eleganz. Lisa-Katharina Hill und Naomi Van Dijk zelebrieren bei Cat Woman, wie man Show und Sport einzigartig kombiniert.

Trampolin: It's party time! Erleben Sie vom Bundesstützpunkt Bad Kreuznach: Fabian Vogel, Welt- und Europameister Synchron und Deutscher Meister Einzel sowie Jan Eike Hornau und Aileen Rösler, Deutsche Meister Mannschaft und Einzel, bei ihrer Reise in die 80er Jahre. Sehen Sie Doppelsaltos mit 2 Schrauben oder auch den Dreifachsalto mit halber Drehung. Es geht hoch hinaus!

Trio Prime: Die Gruppe „Trio Prime“ tritt weltweit auf und gehört zu den besten der Welt. Höhepunkt der atemberaubenden Darbietung am Russischen Barren ist ein dreifacher Salto, ein Sprung, den weltweit nur eine Hand voll Artisten wagt.

Tickets sind ab sofort via
www.coque.lu erhältlich, 29€ mit
dem Code „FLGYM“ (25% Rabatt)



LUXEMBOURG LADIES TENNIS MASTERS ZURÜCK IN DER COQUE

Nach dem Erfolg im vergangenen Jahr findet auch dieses Jahr wieder das renommierte Tennisturnier „Luxembourg Ladies Tennis Masters“ ab dem 19.-22. Oktober im Gymnase der Coque statt.

Den Organisatoren ist es gelungen, von den insgesamt acht Spielerinnen im Tableau vier ehemalige Top-10-Spielerinnen aus dem WTA-Ranking nach Luxemburg einzuladen, darunter mit Titelverteidigerin Kim Clijsters eine ehemalige Nummer eins. Anett Kontaveit aus Estland belegte als beste Position Platz 2, Lucie Safarova war genau wie Daniela Hantuchova im WTA-Ranking mal Fünfte und Andrea Petkovic's bestes Ranking war Platz 9 – allesamt werden sie in der Coque aufschlagen.

Darüber hinaus können sich die Zuschauer in Luxemburg auf die ehemalige Olympiasiegerin Monica Puig freuen. Ebenfalls im Viertelfinale spielen wird die Französin Pauline Parmentier, die vier Einzeltitel auf der WTA-Tour gewinnen konnte. Komplettiert wird das Feld von der Luxemburgerin Mandy Minella, die auch bereits im letzten Jahr teilgenommen hat.

Gespielt wird in einem KO-System: am Donnerstag und Freitag werden jeweils zwei Viertelfinals ausgetragen, bevor am Samstag die beiden Halbfinals und am Sonntag das Finale ausgetragen werden. Die Auslosung der Viertelfinals findet am 17.10. statt. Insgesamt wird um ein Preisgeld von 110.000 Euro gespielt. Tickets ab 30€ sind noch erhältlich via www.coque.lu oder www.ticket-regional.de



INFOBOX



Erweiterung der Öffnungszeiten des Fitness-Studios im Centre Aquatique

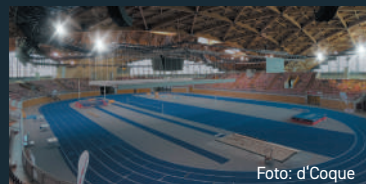
Um den Kunden vom Wellnessbereich und dem Centre Aquatique die Möglichkeit zu geben, noch länger den Fitnessraums des Centre Aquatique zu nutzen, wurden ab dem 1. September 2023 die Öffnungszeiten erweitert.

Die neuen Öffnungszeiten finden Sie unter www.coque.lu.



Neue Karte im Restaurant „la coquille“

Das Coque Restaurant-Team hat die bestehende Karte des Restaurants „la coquille“ überarbeitet und bietet seit dem 18. September nun eine Herbst/Winter-Karte an. Die aktuelle Karte sowie unsere wechselnden Tagesgerichte finden Sie auf www.coque.lu. Folgen Sie uns auch gerne auf Facebook oder Instagram, um jeden Montag die aktuelle Wochenkarte zu erhalten!



Modernisierung der Arenabeleuchtung

In den Sommermonaten wurde das Beleuchtungskonzept der Arena komplett erneuert. Die bisherige Beleuchtung wurden durch 168 moderne LED-Lampen ersetzt, wie auch bereits in vielen anderen Bereichen des Gebäudes. Neben einer deutlichen Reduzierung des Stromverbrauchs ermöglicht dieses System auch eine bessere, individuelle Beleuchtungskonfigurationen für die verschiedenen Sportveranstaltungen.



Centre de Détente

*Entdecken Sie unser
Massage-Angebot !*

Wellness • Sports • Shiatsu
Intensive • Energy • Reflexology

Jetzt einfach über unser
Kontaktformular online
reservieren: **www.coque.lu**



ÉVÉNEMENTS SPORTIFS

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

OCTOBRE 2023

01.10	Lux Open Championships 2023 - Danse
08.10	Open Day - Portes ouvertes
15.10	Qualifications Euro 2024
	Luxembourg - Suède - Handball (F)
19-22.10	Luxembourg Ladies Tennis Masters - Tennis
28-29.10	Luxembourg Youngsters International 2023 - Badminton

NOVEMBRE 2023

01.11	Qualifications Championnat Du Monde 2025
	Luxembourg - Israël - Handball (H)
09.11	FIBA Women's Euro 2025 Qualifiers
	Luxembourg - Bosnie-Herzégovine - Basketball
25.11	Meeting d'Athlétisme Indoor - Special Olympics

...





D'COQUE PARTNER



Tageblatt
MEDIEN



[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, O. Minaire,
C. Weber, J. Nollmeyer

