



Club
UELZECHTDALL



Summer am Dall 2023

Bissen | Helperknapp | Fischbach | Heffingen | Lintgen
Lorentzweiler | Mersch | Steinsel | Nommern







Paul Bach
Präsident



Josy Holcher
Direktor

Wie gut dass der Sommer mit Urlaub verbunden ist!

Unser sogenanntes Superwahljahr geht in die 2. Runde. Die Gemeindewahlen haben wir gerade hinter uns. Jetzt stehen noch die Nationalwahlen vor der Tür. Gut dass der Sommer uns da aber noch eine kleine Verschnaufpause erlaubt. Damit auch Zeit bleibt sämtliche Wahlplakate abzunehmen, und die neuen in den Druck zu geben.

Als Club Uelzechtdall sind wir ja neutral, da wir aber sowohl mit unseren 9 Gemeinden als auch mit dem Familienministerium sehr viel mit Gemeinde- und Landespolitik zu tun haben, wollen wir an dieser Stelle allen gewählten Volksvertretern gratulieren und ihnen eine gute Hand für die nächsten Jahre wünschen. Damit auch in Zukunft den Interessen, Sorgen und Wünschen der Bevölkerung Rechnung getragen wird, und wir weiterhin so konstruktiv und gut mit unseren Gemeinden und dem Familienministerium zusammenarbeiten.

Bis dahin gilt es aber jetzt mal den Sommer zu genießen. Und wie könnte man das besser, als zusammen mit Freunden und Bekannten zusammen an einer oder mehrerer unserer Aktivitäten teilzunehmen. Im Sommer bieten wir bekanntlich weniger Kurse und mehr Tagesaktivitäten an. Auch eignen sich einige unserer Aktivitäten sehr gut, um auch ihre Enkelkinder mitzunehmen. Und wir haben wieder ein paar sehr interessante Ausflüge vorbereitet.

Unser Personal muss ja auch mal Urlaub genießen, und damit wir alle unsere Aktivitäten durchführen können, werden wir wie gewohnt im Sommer unsere Telefonzeit anpassen. Vom 15. Juli bis 31. August ist unser Telefon wochentags von 9h00 bis 12h00 besetzt. Wir bedanken uns für Ihr Verständnis

Das ganze Programm lesen Sie auf den nächsten Seiten. Wir hoffen auch für den Sommer ihren Geschmack getroffen zu haben, und freuen uns jetzt schon darauf Sie bei unseren Aktivitäten begrüßen zu können.

Wie gut dass der Sommer mit Urlaub verbunden ist! 3

INFOS :

Facebook, WhatsApp, Instagram & Co Smartphone und Tablet 6

Wo steige ich eigentlich in den Bus? 7

Chèque cadeau à offrir 8

Vente des clés USB 8

Carnet d'adresses 9

HIGHLIGHTS :

Broschüre via mail? 10

Summerfest in Schoos 10

Über den Wolken | Das Konzert 2023 vom Uelzechtall Chouer 11

Wandern a Grillen zu Schoos 12

Spontane Aktivitäten und Ausflüge! 12

Traditionelles Club Senior Treffen auf der Marie-Astrid 13

Minitrip Oberhausen 14

AUSFLÜGE | EXCURSIONS :

Zeitreise durch Rindschleiden, das kleinste Dorf im Land 15

Château de Seneffe 15

Shoppingtag in Trier 16

Die Welt der Bienen 16

Schiffahrt Zell nach Enkrich 17

Time Travel Luxembourg 17

Stage de voile en catamaran 18

Weinbergwanderung mit dem Planwagen 18

Mine de Silex et le Mundaneum - le Google de papier 19

City Promenade by night 19

Abbaye de Clairfontaine 20

Straußenfarm Contern 20

Burg Useldéng 21

Pairi Daiza : parc animalier à thème 21

Frauenleben-Frauenlegende 22

Muerbelsmillen 22

Sans trop marcher et sans se fatiguer Apéro'Boat et basilique à Metz 23

Steinkaulenbergwerk und Weiherschleife 24

Eifelpark Gondorf 24

Visite Guidée du centre historique de Strasbourg et de sa cathédrale 25

Château de Bourscheid 26

Hierber Brennerei 27

Visite de l'Opéra de Wallonie et de la ville de Liège 27

Schlossberghöhlen Homburg 28

Festival Vapeur 50ème anniversaire à Treignes 28

Schmugglertour- Lass dich nicht erwischen! 29

Maastricht 29

It's Tea Time 30

La dame de pierre: Spectacle musical autour de Notre Dame de Paris 30

Oper in Lüttich - L'opéra à Liège 31

KOLLEKTIVKURSE | COURS COLLECTIFS :

Jogging 36

Aquagym in Mersch 36

Badminton 37

Pickle Ball	37
Stricken ist inn!	38
Uelzechtdall-Chouer	38
Nordic Walking Cours intensif	39
VTT dans la nature	40
Fit am Alter	40
Outdoor TRX class	41
PRIVATKURSE COURS PRIVÉS :	
Remise en forme	42
Sprechstunde	42
Computer / Internet	43
FREIZEITAKTIVITÄTEN LOISIRS :	
Rad fahren	43
Pétanque in Lorentzweiler	44
“Klengen Treppeltour”	44
Autopédestre	45
Autopédestre ganzer Tag	45
Mit Nordic Walking in Form	46
UNSER LAUFENDES PROGRAMM :	
Poterstonn Lorentzweiler	47
Spillowend Lorentzweiler	47
Kaffisstuff in Heffingen	48
Einkaufen	48
Immer wieder Sonntags... ..	49
Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler	49
Mëttesdësch	50
DATENSCHUTZBESTIMMUNGEN CLUB UELZECHTDALL	51
POLITIQUE DE CONFIDENTIALITÉ DU CLUB UELZECHTDALL	52
DAS TEAM UELZECHTDALL	53

Facebook, WhatsApp, Instagram & Co Smartphone und Tablet



Wann | Quand ?

Nach Terminvereinbarung / sur rendez-vous

Wer | Qui ?

Team

Preis | Prix ?

20€ / cours

Wollen sie lernen wie man ein Facebook-Profil erstellt? Oder was Instagram ist? Wollen Sie mit ihren Kindern und Enkelkindern über WhatsApp reden und sie dabei sehen? Oder vielleicht wissen wie sie ihre Fotos verbessern können bevor sie sie hochladen?

Dann rufen sie uns an und machen einen Termin für einen Privatkurs mit einem unserer Mitarbeiter aus. Wir helfen Ihnen gerne auf dem neuesten Stand der Dinge zu bleiben.

Vous voulez créer un profil Facebook ou Instagram ? Savoir comment utiliser la caméra pour parler avec vos proches. Ou faire des retouches sur vos photos avant de les mettre en ligne ? Alors contactez nous et faites un rendez-vous avec un de nos collaborateurs. Nous vous aiderons volontiers !

Clément : Zoom, Teams, Skype

Thierry et Jessica : Facebook, WhatsApp

Ervin : retouche photos, Facebook, Instagram

Joe et Josy : Facebook, Instagram, Réglages, Internet banking

Auch können Sie sich bei uns melden, falls Sie Infos zum Thema Smartphone oder Tablet brauchen. Wir geben Ihnen auch gerne Individualkurse damit Sie besser mit all den verschiedenen Apparaten klarkommen, und beraten Sie auch.

Wo steige ich eigentlich in den Bus?



Die angegebenen Abfahrtsorte für Ausflüge sind immer Lorentzweiler oder Mersch, der Club arbeitet aber bis Steinsel und Bissen, Fischbach und Heffingen.

Hierzu sei Folgendes zu bemerken: In unserer Broschüre geben wir immer einen Anhaltspunkt, nämlich Lorentzweiler, wenn die Fahrt Richtung Norden geht, und Mersch, wenn es Richtung Autobahn geht. Dies sind Anhaltspunkte, damit wir die Reise planen können. In der Anmeldebestätigung sind dann die einzelnen Haltestellen in den verschiedenen Gemeinden aufgelistet.

Falls Sie in Bissen, Fischbach, Heffingen oder Boevingen wohnen, ist es natürlich klar, dass wir Sie auch an einem bestimmten Ort abholen, wenn es keine andere Möglichkeit gibt. Es muss aber auch klar sein, dass der Bus nicht in jedes einzelne Dorf der verschiedenen Gemeinden fahren kann, da dies aus zeitlichen und organisatorischen Gründen nicht möglich ist!

Es gilt also die Faustregel: die angegebenen Abfahrtsorte sind Richtlinien und wenn Sie an einer Fahrt teilnehmen wollen, jedoch Probleme haben zum Abfahrtsort zu kommen, rufen Sie uns an, und gemeinsam regeln wir das Problem. In diesem Sinne: viel Spaß beim nächsten Ausflug und gute Fahrt!

Pour nos activités, les lieux de départ marqués dans la brochure sont toujours Mersch et Lorentzweiler, ces départs sont des points de repère, et nous venons à votre rencontre selon nos possibilités ! Demandez plus de renseignements à l'inscription.

Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten, ...) ändern vom **15. Juli bis 31. August inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **9h00 und 12h00**. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Pour pouvoir gérer les congés du personnel ainsi que toutes les activités extérieures, nous adaptons les heures d'ouverture de notre bureau du **15 juillet au 31 août inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **9h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.

Chèque cadeau à offrir

 Club UELZECHTDALL	Chèque Cadeau
Pour : xxx	Montant : xx €
De la part de : xxx	Expire le : 31/12/2xxx
A déduire lors de l'une de vos prochaines factures en indiquant les références suivantes :	
Numéro Client :	

Le club vous propose des bons cadeaux à donner pour toute occasions, anniversaire, Noël ou juste pour le plaisir d'offrir. Nous vous enverrons le bon ou chèque cadeaux pas courrier ou directement à la personne concernée. Sur le bon sera noté le montant ou le nom de l'activité et la notation que vous désirez. (Bonne fête, joyeux anniversaire...). Pour tous renseignements complémentaires contactez Joe au secrétariat.



Vente des clés USB

Si vous désirez soutenir le Club Uelzechtdall, nous mettons en vente des clés USB de 8Gb au prix de 12€. Elles sont blanches avec le logo et l'adresse du club.

Vous avez la possibilité de les commander via le site internet ou par téléphone au secrétariat.

Carnet d'adresses

Commune de Bissen

Nouvelle Hall des Sports - ZAC Klengbousbiérg | L-7795 Bissen

Commune de Nommern

Paschtoueschaff - 5, rue des Chapelles | L-7421 Cruchten

Commune de Helperknapp

Veräinsbau an der KOLL - Am Eck, L-7416 Brouch

Koschteschbau - 1, rue de l'Eglise | L-7481 Tuntange

Commune de Fischbach

Veräinshaus Schous - 7, op der Héicht | L-7475 Schoos

Commune de Heffingen

Centre Culturel et Sportif - 13, Stenkel | L-7652 Heffingen

Commune de Lintgen

Veräinshaus - 27, rue de l'Eglise | L-7446 Lintgen

Nouvelle salle des Sports - 50, rue de la Gare | L-7448 Lintgen

Salle des Sports école primaire - Place publique | L-7446 Lintgen

Am Mouschelt - 250, rue de Fischbach | L-7447 Lintgen

Commune de Lorentzweiler

Salle des Sports « Spillschoul » - Campus scolaire Jos Wohlfart
4, rue J. P. Glaesener | L-7358 Lorentzweiler

Centre Culturel - 120, route de Luxembourg | L-7374 Helmdange

Sall « Jo Gaffiné » - 10, rue des Martyrs | L-7375 Lorentzweiler

Sall « Fautelfiels » - 10, rue des Martyrs | L-7375 Lorentzweiler

Commune de Mersch

Salle Amiperas - 13, rue Nic Welter | L-7570 Mersch

Vereinsbau Rollingen - 81, rue de Luxembourg | L-7540 Rollingen

Schwimmbad Krounebiérg - 14, rue de la Piscine | L-7572 Mersch

Maison Relais Krounebiérg - 11, rue de la Piscine | L-7572 Mersch

École de Musique - 48, rue Principale | L-7595 Reckange

Commune de Steinsel

Maison de la culture - Rue des Sapins | L-7307 Steinsel

Musekshaus « A Schmatts » - 13, rue Paul Eyschen | L-7317 Steinsel

Für alle Ausflüge können Sie sich erst ab dem 19. Juni anmelden!
Pour toutes les excursions, les inscriptions sont possibles à partir du 19 juin !

Broschüre via mail?

Brochure par courriel?

Unsere Broschüre finden Sie immer auch auf unserer Internetseite www.cud.lu. Hier können Sie die Broschüre auch problemlos herunterladen. Gerne senden wir Ihnen die Broschüre auch via email. Wenn Sie dies möchten, geben Sie uns einfach Bescheid.

Notre brochure se trouve aussi sur notre site internet www.cud.lu. Vous pouvez la télécharger sans problème. Si vous souhaitez avoir notre brochure en format pdf par courriel, vous n'avez qu'à nous téléphoner et vous la recevrez par voie électronique.



Summerfest in Schoos



Wann | Quand ?

Am Mittwoch den 26. Juli 2023
um 11h00

Wo | Où ?

Verainshaus Schous

Preis | Prix ?

30€

Wir freuen uns alle auf unser Sommerfest. Bei guter Laune und gutem Wetter genießen wir die köstlichen Grillspezialitäten sowie die dazu gehörenden Salate. Das Ganze mit einem guten Glas Wein oder einem kühlen Bier abgerundet, und schon ist der Sommer perfekt.

Comme chaque année, nous vous invitons autour d'un barbecue et d'un buffet de salades pour fêter le retour des belles journées ensoleillées d'été.

Über den Wolken

Das Konzert 2023 vom Uelzechtdall Chouer



Wann | Quand ?

Am Sonntag, den 17. September
um 17h00

Wo | OÙ ?

Mierscher Kulturhaus

Preis | Prix ?

20€

Deutsche Lieder und französische Chansons mit ihren spezifischen Texten verleiten uns dazu, zu träumen, nachzudenken, in Erinnerungen zu schwelgen.

"Über den Wolken" ist ein Programm mit Melodien von bekannten Künstlern, arrangiert für vierstimmigen Chor. Es geht um Liebe, Familie, Schmerz, Sehnsucht, Freiheit und Frieden.

Durch das Zusammenspiel von Gesang, Begleitung und Moderation versucht der Uelzechtdall Chouer, der hauseigene Chor des Club Uelzechtdall, sie mit auf diese zeitlose Reise der Gefühle zu nehmen.

Tickets können Sie unter www.luxembourgticket.lu kaufen. Die Sitzplätze sind nummeriert. Sollten Sie Schwierigkeiten mit der Sitzreservation haben können Sie sich gerne bei uns melden!

Direktion: Josy Holcher

Klavier: Paul Hilbert

Kombo: Paul Fox, Pierre Pirlet, Philippe Reul

Moderation: Raymond Hoffmann

Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten, ...) ändern vom **15. Juli bis 31. August inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **9h00 und 12h00**. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Pour pouvoir gérer les congés du personnel ainsi que toutes les activités extérieures, nous adaptons les heures d'ouverture de notre bureau du **15 juillet au 31 août inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **9h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.

Wandern a Grillen zu Schoos



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 07. September 2023
ab 09h00

Wo | OÙ ?

Veräinshaus Schoos

Preis | Prix ?

15€

Da wir so viele wanderbegeisterte Kunden haben, haben wir uns dieses Jahr etwas einfallen lassen, bei dem jeder auf seine Kosten kommt.

Wir treffen uns morgens in Schoos beim Veräinshaus. Von dort aus können Sie sich für 3 verschiedene Wanderwege entscheiden: einmal 5 km, einmal 7 km und einmal 10 km. Schluss jeder Wanderung ist dann wieder das Veräinshaus, wo unsere Grillmeister Ihnen ein köstliches Essen bereitet haben. Und wer dann nach dem Essen noch Lust hat, kann ja dann noch einen anderen der 3 Wanderwege machen.

Pour les adeptes de la balade, nous vous avons concocté 3 tours de différente longueur (5, 7 et 10 km). Le départ et l'arrivé sont au Veräinshaus à Schoos. Et à votre arrivé, le barbecue et la détente vous attendent. Et après, à vous de voir si vous êtes partant pour une deuxième balade !

Spontane Aktivitäten und Ausflüge !

Activités et excursions spontanées !

Um unser Angebot verbessern zu können, haben wir uns überlegt einen Newsletter zu erstellen. Dies wird es uns ermöglichen, über das feste Programm hinaus, welches oft monatelang im Voraus geplant werden muss, Aktivitäten für Sie anzubieten. Eine interessante Ausstellung zum Beispiel oder ein Konzertbesuch. Oder, oder, oder....

Diese Newsletter können wir momentan aber nur per Email an Sie weiterleiten. Haben Sie also Interesse daran, dann rufen Sie uns an, geben uns Ihre Mailadresse durch und schreiben Sie sich ein. Automatisch bekommen Sie dann unsere Newsletter.

Afin de pouvoir vous proposer des activités et excursions de manière plus spontanée, nous avons décidé de créer une newsletter. Ce service ne sera possible que via courriel. Si vous êtes intéressés, contactez-nous pour nous fournir votre adresse email et souscrire à cette newsletter !

Traditionelles Club Senior Treffen auf der Marie-Astrid Endlich ist es wieder soweit



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 20. September 2023,
Abfahrt 10h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Grevenmacher, Luxembourg

Wer | Qui ?

Team

Preis | Prix ?

65€ + 15€ Transport

Gemeinsam verbringen wir einen Tag auf unserer wunderschönen Mosel. Von Bord der MS "Princesse Marie-Astrid" aus, entdecken Sie das Moseltal aus einer ungewohnten und spannenden Perspektive.

Während Sie ein gastronomisches Menü genießen, gleiten Weinberge, schöne Ortschaften, sanfte Hügel und Wälder gemächlich an Ihnen vorbei. Dank der großzügigen Panoramafenster haben Sie eine perfekte Aussicht auf alle malerischen Details des Moseltals. Musikalisch begleitet wird dieser unvergessliche Nachmittag von Jeannot Conter. Bei angenehmer Musik können Sie dann das Tanzbein schwingen.

Ensemble, nous passerons une magnifique journée sur notre Moselle. À bord du MS "Princesse Marie-Astrid", vous découvrirez la vallée de la Moselle sous une perspective inhabituelle et passionnante.

Pendant que vous dégustez un menu gastronomique, les vignobles, les belles localités, les douces collines et les forêts glissent tranquillement devant vous. Grâce aux larges fenêtres panoramiques, vous aurez une vue parfaite sur tous les détails pittoresques de la vallée de la Moselle.

Cet après-midi inoubliable sera accompagné en musique par Jeannot Conter. Puis, vous pourrez vous déhancher au son d'une musique agréable.

Minitrip Oberhausen



Wann | Quand ?

Von Mittwoch 11. Oktober 2023
bis Donnerstag, den 12. Oktober 2023,
Abfahrt 08h30 (Bissen)

Wo | Où ?

Oberhausen, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 245€ p.P.

Verbringen sie mit uns 2 gemütliche Tage in der Stadt Oberhausen. Unser Hotel befindet sich in der Nähe des Centro Oberhausen. Wir werden dort eine Stadtführung machen, das Gasometer besichtigen und über die Rehbergerbrücke „Slinky Springs to fame“ spazieren. Auch haben sie die Möglichkeit im Centro bummeln zu gehen oder das Sea Life zu besuchen.

Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten, ...) ändern vom **15. Juli bis 31. August inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **9h00 und 12h00**. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Pour pouvoir gérer les congés du personnel ainsi que toutes les activités extérieures, nous adaptons les heures d'ouverture de notre bureau du **15 juillet au 31 août inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **9h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.

Für alle Ausflüge können Sie sich erst ab dem 19. JUNI anmelden!

Pour toutes les excursions, les inscriptions sont possibles à partir du 19 juin !

Zeitreise durch Rindschleiden, das kleinste Dorf im Land

Slow trip à travers le plus petit village du pays



Wann | Quand ?

Am Montag, den 03. Juli 2023,

Abfahrt 14h20 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Rindschleiden

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 15€

Entdecken Sie während dieser interaktiven Besichtigung, das kleinste Dorf Luxemburgs „Rindschleiden“ auf eine ganz besondere Art und Weise. Zusammen mit unserem Gästeführer werden Sie sich auf eine Zeitreise begeben, bei der Kultur auf Natur trifft und unterhaltsame Anekdoten in einer besonderen Atmosphäre erzählt werden.

Niché dans une petite vallée, ce village pittoresque invite à la contemplation. Malgré sa petite taille, Rindschleiden est riche en découvertes : le calme de la nature, une vie culturelle intense, des légendes passionnantes et des anecdotes ludiques vous accompagneront tout au long de cette excursion authentique et reposante.



Château de Seneffe



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 06. Juli 2023,

Abfahrt um 07h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Seneffe, Belgien

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 65€

Accompagné de notre guide, vous visiterez le Domaine de Seneffe constitué d'un château de style néo-classique construit au XVIIIe siècle, qui abrite la plus belle collection d'orfèvrerie de Belgique, un théâtre, une orangerie, une volière et un parc à l'anglaise de 22 hectares avec un jardin à la française.

Shoppingtag in Trier



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 06. Juli 2023,
Abfahrt 09h30 (Bissen)

Wo | Où ?

Trier, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 25€

Wegen der guten Resonanz des letzten Shoppingtags in Trier und der Bitte dies noch einmal zu wiederholen, bieten wir auch im Juli einen gemütlichen Tag zum Bummeln in der Fußgängerzone in Trier an.

Verbringt mit uns einen entspannten Einkaufstag in Trier. Durch die Geschäfte bummeln, in einem Café sitzen oder einfach durch die Straßen schlendern. Der Kofferraum unseres Busses ist auch groß genug um alle Einkaufstaschen zu verstauen.



Die Welt der Bienen

Le monde des abeilles



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 07. Juli 2023,
Abfahrt 13h30 (Bissen)

Wo | Où ?

Esch-sur-Alzette

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 20€

Eine kleine Wanderung durch den Ellergronn um zusammen die faszinierende Welt der Bienen zu entdecken: Wo und wie leben sie? Welche Aufgabe hat jede einzelne im Bienenstock und draußen? Wie produzieren sie Honig? Wie würde ein harmonisches Zusammenleben von Menschen und Bienen aussehen?...

Découvrez le monde bourdonnant des abeilles. Quel est leur habitat ? Comment vivent-elles ? Quel est le rôle de chacun dans la ruche? Comment produisent-elles le miel? À quoi ressemblerait une coexistence idéale entre les hommes et les abeilles?... Autant d'aspects que nous éluciderons ensemble.

Schiffahrt Zell nach Enkrich



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 13. Juli 2023,
Abfahrt 08h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Zell, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 70€

Wir starten unsere Schiffahrt in Zell (Mosel) nach Enkrich und genießen den einzigartigen Ausblick auf die Marienburg. Gegen 12 Uhr werden wir in Enkrich ankommen und ein gemeinsames Mittagessen zu uns nehmen. Danach werden wir zusammen mit einem Gästeführer den Ort erkunden, durch die romantischen Gassen mit alten Fachwerkhäusern und mittelalterlichen Weinhöfen spazieren. Gegen 16 Uhr werden wir das Schiff wieder zurück nach Zell nehmen.



Time Travel Luxembourg



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 14. Juli 2023,
Abfahrt 14h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Luxemburg

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 45€

Découvrez une partie du traditionnel Pétrusse Express et embarquez pour un voyage virtuel unique dans le temps! Parfaitement adapté au trajet du train, vous traverserez "en calèche" l'époustouflant Luxembourg-Pfaffenthal virtuel de 1867. Cette innovation, une collaboration entre la Ville de Luxembourg et Urban Timetravel, soutenue par une technologie VR basée sur la géolocalisation, vous permet de voir à l'aide des lunettes de réalité virtuelle.

Stage de voile en catamaran



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 23. August 2023,
Abfahrt um 07h00 (Bissen)

Wo | OÙ ?

Bures, Frankreich

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 120€

Cet été, nous vous proposons une initiation sur une journée afin de découvrir ou de vous perfectionner en catamaran. Cette initiation de catamaran est une excellente façon de découvrir la navigation, en particulier si vous êtes débutant. Pendant le stage, vous apprendrez les bases de la navigation en catamaran, y compris la voile et le contrôle du bateau. Vous aurez également la possibilité de pratiquer des manœuvres, telles que les virements de bord et les empannages, pour améliorer vos compétences en navigation. Cette découverte de catamaran est dispensée dans la base de loisirs de bures, qui offre, tout au long de l'année, un panel d'activités nautiques et de plein air. Un endroit magnifique, offrant des paysages à couper le souffle, ce qui en fait une expérience mémorable et enrichissante... Amoureux de la nature, vous pourrez également profiter d'une balade à pied autour du circuit ou vous baigner.



Weinbergwanderung mit dem Planwagen



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 20. Juli 2023,
Abfahrt 10h30 (Bissen)

Wo | OÙ ?

Lieser, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 80€

Wir fahren in den idyllischen Weinort Lieser an der Mosel, wo wir nach einem guten Mittagessen zur Winzer Familie Genetsch fahren.

Dort angekommen machen wir uns auf eine tolle Fahrt mit dem Planwagen durch die Weinberge. Während der Fahrt wird uns einiges über den Weinbau erzählt. Außerdem bekommen wir verschiedene Weine zum Probieren.

Mine de Silex et le Mundaneum - le Google de papier



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 27 Juli 2023,
Abfahrt um 06h00 (Bissen)

Wo | OÙ ?

Spiennes, Belgien

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 70€

Reconnu par l'UNESCO en 2000, le site archéologique de Spiennes est l'un des plus anciens et des plus vastes centres d'extraction de silex d'Europe : la présence humaine y est attestée dès le Paléolithique. Parsemé de milliers de puits de mines, le site s'étend sur 100 hectares. Ensuite, nous irons visiter le Mundaneum, surnommé le « Google de papier » par le journal Le Monde. C'est un centre d'archives exceptionnel où sont répertoriés 12 millions de fiches bibliographiques. Le Mundaneum est inscrit au registre « Mémoire du monde ». A l'heure du tout au digital, le Mundaneum aligne 6 km de documents, presses, revues photos...



City Promenade by night



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 02. August 2023,
Abfahrt 17h00 (Mersch Gare)

Wo | OÙ ?

Luxemburg

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 15€

Nehmen Sie an diesem 2-stündigen Rundgang teil und lassen Sie sich vom Charme der Stadt in der Abenddämmerung verzaubern. In Begleitung eines offiziellen Gästeführers entdecken Sie die Hauptsehenswürdigkeiten und zahlreiche Geheimnisse der einstigen Festungsstadt. Sie sehen u.a. den großherzoglichen Palast, die Corniche ("Europas schönster Balkon") sowie den Bockfelsen.

Participez à cette visite à pied de 2 heures et laissez-vous enchanter par le charme de la ville au crépuscule. En compagnie d'un guide officiel, vous découvrirez les principaux lieux d'intérêts ainsi que des lieux insolites et secrets qu'offre l'ancienne ville-forteresse. Vous verrez, entre autres, le prestigieux Palais grand-ducal, la Corniche ("le plus beau balcon d'Europe") ainsi que le rocher du Bock.

Abbaye de Clairfontaine



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 03. August 2023,
Abfahrt um 13h30 Lorentzweiler

Wo | OÙ ?

Arlon, Belgien

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

20€

Abbaye cistercienne construite au 13ème siècle à la demande de la comtesse Ermesinde de Luxembourg pour servir de nécropole comtale à sa famille. Depuis 1147 l'abbaye est établie à proximité d'une source bénite par St-Bernard en 1147. Accompagné d'un guide conférencier, vous pourrez visiter et découvrir l'histoire de ce patrimoine culturel à la frontière belgo-luxembourgeoise.



Straußenfarm Contern



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 08. August 2023,
Abfahrt 09h00 (Bissen)

Wo | OÙ ?

Contern

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 40€

Auf der Straußenfarm in Contern leben rund 300 Strauße. Bei einem Rundgang über die Farm wird uns einiges interessantes über die Tiere und deren Haltung erzählt. Im Anschluss an den Rundgang werden uns Straußenprodukte zur Verkostung gereicht. Zum Schluss haben wir noch die Möglichkeit Straußenfleisch, ausgehöhlte Eier oder andere Souvenirs der Straußenfarm zu kaufen.

Im Anschluss werden wir noch ein gemeinsames Mittagessen zu uns nehmen.

Burg Useldéng



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 09. August 2023,
Abfahrt 14h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Useldéng

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 20€

Mitten im Herzen von „Useldéng“ imponiert die Burg mit sehr imposanten Ruinen des Schlosses und seiner beiden Türme, die mit einer metallenen Brücke verbunden sind. Der Turm ist 28 Meter hoch und majestätisch.

Die Führung bringt uns den Bergfried sowie den mittelalterlichen Kräutergarten näher und informiert uns über das frühere Leben auf einer Burg, wo wir die Aussicht über Useldingen genießen können.



Pairi Daiza : parc animalier à thème



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 10. August 2023,
Abfahrt um 06h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Brugelette, Belgien

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 70€

Pairi Daiza ist ein einmaliger zoologischer Garten in Belgien. Über 7000 Tiere, 800 verschiedene Spezies, leben auf 75 Hektar Fläche. Der Park ist themenmässig in Kontinente eingeteilt. So wandern sie vom chinesischen Dorf zu den afrikanischen Hütten vorbei an indonesischen Tempeln. Tierwelt und Pflanzenwelt sind den verschiedenen Kontinenten heimisch. Auch ein kleiner Zug fährt sie rund um den Park.

Pairi Daiza est un parc zoologique belge situé dans la province de Hainaut. Il présente plus de 7 000 animaux de 800 espèces sur 75 hectares. Vous voyagez dans le parc à travers des continents différents. De village chinois aux huttes africaine en passant par les temples indonésiens. Chaque partie du parc représente un continent et les animaux qui y vivent. Le tout dans un parc fleuri et arboré. Et quand la fatigue se fait sentir, il vous sera toujours possible de prendre le petit train qui fait le tour du parc.

Frauenleben-Frauenlegende



Wann | Quand ?

Am Montag, den 14. August 2023,
Abfahrt 13h30 (Lorentzweiler)

Wo | OÙ ?

Luxemburg

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 15€

Dieser lebendige und anschauliche Rundgang erzählt die fesselnde Geschichte von herausragenden Luxemburgerinnen vom Mittelalter bis in die Gegenwart.

Dargestellt werden ihre Lebensgeschichte und eine Vielzahl von Themen über den Alltag und die Gebiete, auf denen sie besonders gewirkt haben: ihren Kampf für Bürgerrechte und politische Freiheiten, ihr Engagement in der Arbeitswelt und in der Erziehung, im kulturellen Leben und im sportlichen Wettbewerb.

Nach einer Erfrischung machen wir uns wieder mit Bus und Zug auf den Nachhauseweg.

Muerbelsmillen



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 18. August 2023,
Abfahrt 13h30 (Lorentzweiler)

Wo | OÙ ?

Luxemburg

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 15€

Nach einer kurzen Wanderung durch die Stadt besichtigen wir die „Muerbelsmillen“ in Pfaffenthal.

Diese Ausstellung wendet sich durch die Themenwahl Mühlenwesen, Ernährung, Handwerk, Wasser und Wasserkraft.

Das Wasserrad ist das Einstiegserlebnis, danach geht es weiter mit der restaurierten Mühlentechnik, sowie den Mahlsteinen und den Triebriemen. Mit viel historischem Filmmaterial und Schautafeln wird uns die Mechanik in Betrieb und die einzelnen Arbeitsgänge der Senfproduktion vorgeführt.

Im letzten Raum sehen wir anhand von Dokumentation die Senfeinfüllung und die Endverarbeitung sowie Original Exponate wie z.B. Werbematerial, Rechnungsblätter und diverser Behälter.

Sans trop marcher et sans se fatiguer Apéro'Boat et basilique à Metz



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 11. August 2023,
Abfahrt um 14h00 (Bissen)

Wo | OÙ ?

Metz, Frankreich

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 50€

Envie d'une sortie sympathique? Sans trop marcher et sans se fatiguer ! Venez découvrir la basilique Saint-Vincent, fleuron de l'art gothique, auparavant oratoire. Devenue un lieu à vocation culturelle. Nous ferons régulière des pauses pour s'asseoir et écouter le guide. Après la visite, Embarquez à bord du « Graouilly » sur le quai Paul Vautrin de Metz, et préparez-vous pour 1 heure 30 de balade. La Compagnie des Bateaux de Metz vous a concocté un circuit riche en plaisirs et en découvertes le long de la Moselle. Une promenade au cœur du centre historique de Metz, dont les paysages pittoresques vous dépayseront à coup sûr. Cet « Apéro'Boat » vous promet de véritables moments d'évasion. Un apéritif vous sera servi à bord du bateau, avec une assiette de charcuterie et de fromages pour le bonheur de vos papilles.

┌ Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten, ...) ändern vom **15. Juli bis 31. August inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **9h00 und 12h00**. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Pour pouvoir gérer les congés du personnel ainsi que toutes les activités extérieures, nous adaptons les heures d'ouverture de notre bureau du **15 juillet au 31 août inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **9h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.

Steinkaulenbergwerk und Weiherschleife



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 25. August 2023,
Abfahrt 08h00 (Lorentzweiler)

Wo | OÙ ?

Idar-Oberstein, Deutschland

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 60€

Besuchen Sie mit uns am Morgen den 400m langen Besucherstollen in Steinkaulenberg, dies ist einzigartig in ganz Europa. In einer bezaubernden Märchenwelt unter Tage sehen wir, wie die Steine abgebaut wurden.

Nach dem Mittagessen gehen wir zur Weiherschleife, dort sehen wir wie die abgebauten Steine bearbeitet werden, die Schleiferei mit dem Steinrad und zum Schluss eine Multimediashow, den Edelsteinführaum mit Ausstellung und den Mineralienshop.

Bei Belieben können wir den Tag noch in der Fußgängerzone ausklingen lassen, bevor wir uns auf den Nachhauseweg machen.



Eifelpark Gondorf



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 29. August 2023,
Abfahrt 08h30 (Bissen)

Wo | OÙ ?

Gondorf, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 34,50€ Eintritt + Transportkosten;
Kinder unter 105 cm Eintritt frei

Der Eifelpark in Gondorf bei Bitburg bietet eine einzigartige Kombination aus Freizeitpark und Tierpark. Unter anderem gibt es viele Fahrgeschäfte, wie Karussells, Achterbahn, Wildwasserbahn und Rodelbahn. Aber auch viele Tiere sind zu bestaunen. Entweder kann man den ca. 2km langen Weg vorbei an u.a. Rehe, Hirsche und Ziegen zu Fuß auf sich nehmen oder mit einer Bahn fahren. Auch Bären und Wölfe können bestaunt werden, sowie ein Streichelzoo.

Highlights für Groß und Klein sind die Greifvogelshow und die Hundeshow.

Verbringen sie mit uns und vielleicht auch mit ihren Enkelkindern (denn es sind ja Ferien) einen erlebnisreichen Tag im Eifelpark.

Visite Guidée du centre historique de Strasbourg et de sa cathédrale



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 06. September 2023,
Abfahrt um 07h00 (Bissen)

Wo | OÙ ?

Strasbourg, Frankreich

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 100€

Partez à la découverte de Strasbourg et suivez les explications choisies de votre guide-conférencier. Celui-ci vous révèle les secrets et les traditions de la ville, vous conduit de ruelles en ruelles, et de places en places, sans jamais négliger les éléments patrimoniaux, architecturaux et gastronomiques : églises, vestiges, lignes de bâtiments, anecdotes et spécialités culinaires. Nous partirons également à la découverte de la cathédrale Notre-Dame de Strasbourg, pour découvrir le monument à l'extérieur et à l'intérieur. Les vitraux dont la fabuleuse rosace, l'horloge astronomique, le pilier des anges ou encore la chaire n'auront plus de secret pour vous !



Château de Bourscheid



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 08. September 2023,
Abfahrt 13h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Bourscheid

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 20€

Die Burg Bourscheid in Luxemburg ist nicht nur das landesweit größte Bauwerk seiner Art, sondern auch eines der bedeutendsten Schlösser zwischen Rhein und Maas. Es wurde in vier Etappen ausgebaut und 1430 mit der Errichtung der großen Anlage mit den zahlreichen Geschütztürmen abgeschlossen.

Die Herren von Bourscheid, die damals das Schloss bewohnten, gehörten zu den einflussreichsten Ritterfamilien der Region.

Die Ruinen wurden 1936 als „historisches Denkmal“ klassifiziert und 1972 vom Staat erworben. Seither wurden das Stolzemburger Haus und die Pförtnerwohnung wiederaufgebaut, die Türme erhielten neue Dächer. Eine fachgerechte Beleuchtung taucht die Burg Bourscheid in Luxemburg allabendlich in eine märchenhafte Atmosphäre.

Le château de Bourscheid est non seulement le château le plus grand du pays mais aussi un des plus importants entre le Rhin et la Meuse. Il fut agrandi en quatre étapes, dont la dernière s'acheva en 1430 avec la construction de la grande enceinte et de ses nombreuses tourelles.

Les seigneurs de Bourscheid, qui habitèrent le château à cette époque, font partie des familles de chevaliers les plus respectées de la région. Fidèles vassaux du Duc de Luxembourg, ils furent également ses conseillers et combattirent à ses côtés lors de conflits armés. La famille des Bourscheid fut remplacée par celle des Metternich en 1626, avant que la Révolution française ne mette un terme au pouvoir féodal.

Hierber Brennerei



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 12. September 2023,
Abfahrt 13h30 (Lorentzweiler)

Wo | OÙ ?

Herborn

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 15€

Machen Sie mit uns einen Rundgang über den Hof mit Besichtigung der Brennerei. Zusammen wird uns das Verfahren der Brennerei erklärt.

Auch den Kuhstall und die Melkroboteranlage werden wir uns ansehen

Zum Schluss machen wir eine Verkostung der hauseigenen Produkte (Branntwein, Liköre, Gin, Rum ...)



Visite de l'Opéra de Wallonie et de la ville de Liège



Wann | Quand ?

Am Montag, den 11. September 2023,
Abfahrt 08h00 (Lorentzweiler)

Wo | OÙ ?

Liège, Belgien

Wer | Qui ?

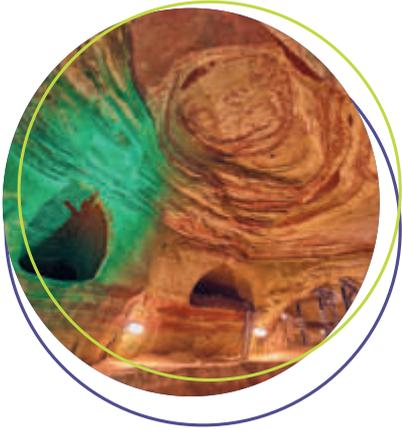
Thierry

Preis | Prix ?

+/- 70€

Visiter l'opéra de Liège c'est l'occasion de déambuler dans le Théâtre, de parcourir plus de 200 ans d'histoire, de petites histoires et d'anecdotes, qui ont façonné ce lieu unique et de comprendre comment un spectacle se construit, se monte, avant chaque première représentation. Ensuite nous découvrirons la grande histoire de Liège avec une balade gastronomique dans le centre historique tout en savourant de délicieuses spécialités liégeoises, vous découvrirez les lieux emblématiques de cette ancienne principauté. Culture, musique et gastronomie pour une belle journée.

Schlossberghöhlen Homburg



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 14. September 2023,
Abfahrt 08h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Homburg, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 70€

Unterhalb der Ruinen der Festung Homburg auf dem Schlossberg liegen Europas größte Buntsandsteinhöhlen. Geheimnisvolle Gänge, von Menschen geschaffen, führen uns zusammen mit einem Gästeführer in imposante Kuppelhallen, die aufgrund der gelben und roten Färbung des Sandsteins einen besonderen Reiz ausüben

Auch werden wir bei einer Stadtführung wissenswertes über die Stadt Homburg erfahren.



Festival Vapeur 50ème anniversaire à Treignes



Wann | Quand ?

Am Samstag, den 23 September 2023,
Abfahrt um 08h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Treignes, Belgien

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 50€

Das Dampflokomotiven Museum Treignes feiert seinen 50ten Geburtstag. 10 Dampfzüge fahren zwischen 2 Bahnhöfen hin und her, und im Museum gibt es neben dem Audioguide auch so manche Animationen. Den Hunger kann man in einem alten Speisewagen stillen.

Pour son cinquantième anniversaire, le musée du train vapeur de Treignes organise une grande fête du train à vapeur. 10 anciens trains feront des aller-retour entre les gare de Treignes et de Marie, musée avec audioguide et animations toute la journée avec la possibilité de se restaurer dans un ancien wagon restaurant. Une belle journée sur les traces de la vapeur.

Schmugglertour- Lass dich nicht erwischen!



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 29. September 2023,
Abfahrt 19h30 (Lorentzweiler)

Wo | OÙ ?

Beckerich

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 35€

Genießen Sie mit uns diese außergewöhnliche Wanderung mit Taschenlampe bei einsetzender Dämmerung. Wir erkunden die alten Wege der luxemburgisch-belgischen Grenze, die Zeitzeugen vieler Geschichten und Anekdoten sind. Für die Bevölkerung war das Schmuggeln zeitweise (lebens-) notwendig.

Warum wurde gerade hier geschmuggelt?

Was wurde geschmuggelt?

Die Tour ist etwa 6 km lang, meistens ist sie eben, doch einmal gibt es eine gute Steigerung. Gutes Schuhwerk ist von Nutzen. Und zur Belohnung gibt es eine gute warme Suppe.



Maastricht



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 14. Juli 2023,
Am Freitag, den 11. August 2023,
und Freitag, 29. September 2023
Abfahrt Lorentzweiler-Gare 06h30

Wo | OÙ ?

Maastricht, Niederlande

Wer | Qui ?

Denise Kips

Preis | Prix ?

35€

In Maastricht besuchen wir traditionell den Markt. Zwischendurch nehmen wir Ihnen Ihre Einkäufe ab und verstauen sie im Bus so dass Sie nach Lust und Laune in den Geschäften shoppen oder die Stadt erkunden können.

Visite traditionnelle du marché de Maastricht. Sur l'heure de midi nous mettrons vos achats dans le bus pour que vous soyez libre de vous promener dans cette belle ville.

It's Tea Time



Nächste Daten | Next dates

Tuesday, July 18th,
Tuesday, August 22nd,

Einmal im Monat treffen wir uns um gemeinsam eine Aktivität zu machen. Wir, das sind luxemburgische und englischsprachige Kunden. Ziel ist es für die Luxemburger ihr Englisch aufzufrischen, und für die Engländer das Land und die Leute kennen zu lernen.

Wir treffen uns in Lorentzweiler und fahren dann zusammen im Minibus zur Aktivität
On a monthly base, we meet to do some activities together. The aim is to have a mixed group of Luxembourgish and English speaking people. For the first it is to refresh their English skills, for the latter to learn about Luxembourg, the country, the traditions and so on. And of course the main aim is to have a good time!

We always meet in Lorentzweiler and travel by minibus to the different locations.



La dame de pierre

Spectacle musical autour de Notre Dame de Paris



Wann | Quand ?

Am Samstag, den 14. Oktober 2023,
Abfahrt um 18h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Metz, Frankreich

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 80€

Découvrez l'histoire derrière la légende du plus célèbre monument au monde, la cathédrale Notre Dame de Paris. Plus d'une centaine d'artistes vous plongeront au cœur de l'histoire incroyable de Notre-Dame. La Dame de Pierre, un spectacle original Symphonia Production, écrit et mis en scène par Corentin Stemler sur une musique originale de Richard Liegeois. L'intuition de La Dame de Pierre est née en avril 2019, au lendemain de l'incendie de Notre-Dame de Paris. Corentin Stemler décide alors de créer un grand spectacle en réponse aux larmes versées devant la cathédrale en feu. C'est aujourd'hui plus de 200 bénévoles de tous horizons et âges, qui donnent vie à La Dame de Pierre.

Oper in Lüttich - L'opéra à Liège



Auch für die Saison 23-24 haben wir wieder Karten bestellt für die Sonntagsvorstellungen in der Oper in Lüttich. Wir haben für jede Vorstellung genau 15 Karten mit guten Sitzplätzen, also versäumen Sie nicht, sich anzumelden!

Wollen Sie nähere Information zu einer der Opern, dann rufen Sie an und fragen Sie nach Josy.

Comme tous les ans, nous avons de bonnes places à l'Opéra de Liège, pour participer à de magnifiques spectacles.

Folgende Opern stehen auf dem Spielplan:

Idiomeneo	W.A. Mozart	24/09/23
Il barbiere di Siviglia	G. Rossini	22/10/23
Les contes d'Hoffmann	J. Offenbach	26/11/23
Die Zauberflöte	W.A. Mozart	30/12/23
Rusalka	A. Dvorak	04/02/24
Falstaff	G. Verdi	03/03/24
Romeo et Juliette ballet	S. Prokofiev	24/03/24
Pélléas et Mélisande	C. Debussy	14/04/24
I Capuletti e i Montecchi	V. Bellini	19/05/24
Carmen	G. Bizet	23/06/24

Der Preis einer Oper liegt bei 90€ (1. Kategorie und Transport)

Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten, ...) ändern vom **15. Juli bis 31. August inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **9h00 und 12h00**. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Pour pouvoir gérer les congés du personnel ainsi que toutes les activités extérieures, nous adaptons les heures d'ouverture de notre bureau du **15 juillet au 31 août inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **9h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.

JULI

Sa	01	
So	02	
Mo	03	Rad fahren, Zirkeltraining, Stimmbildung und Atemtechniken, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Fit am Alter, Zeitreise durch Rindschleiden
Di	04	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, Spillowend Lorentzweiler
Mi	05	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Noten lernen, Nordic Walking intensif, Gymnastique pour Dames, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Pilates, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange
Do	06	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtdall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, Shoppingtag in Trier, Château de Seneffe
Fr	07	Nordic Walking intermédiaire, VTT, Aquagym, Jogging, Die Welt der Bienen
Sa	08	
So	09	
Mo	10	Rad fahren, Zirkeltraining, Stimmbildung und Atemtechniken, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Fit am Alter
Di	11	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, "Salaison Meyer" und "Béierhaascht" in Bascharage
Mi	12	Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Noten lernen, Nordic Walking intensif, Gymnastique pour Dames, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Pilates, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange
Do	13	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtdall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, Schifffahrt Zell nach Enkrich
Fr	14	Nordic Walking intermédiaire, Aquagym, Jogging, Time Travel Luxembourg, Maastricht
Sa	15	
So	16	
Mo	17	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Gemütliche Reise zum Titisee
Di	18	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, Spillowend Lorentzweiler, It's Tea Time, Gemütliche Reise zum Titisee
Mi	19	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, Gemütliche Reise zum Titisee
Do	20	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Weinbergwanderung mit dem Planwagen, Gemütliche Reise zum Titisee
Fr	21	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, VTT, Kaffisstuff Heffingen, Gemütliche Reise zum Titisee
Sa	22	Poter- a Spillnometteg Lorentzweiler

So	23	
Mo	24	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter
Di	25	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants
Mi	26	Summerfest in Schoos, Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif
Do	27	Autopédestre ganzer Tag, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Mine de Silex et le Mundaneum
Fr	28	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, Einkaufen
Sa	29	
So	30	Immer wieder Sonntags
Mo	31	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter

AUGUST

Di	01	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, Spillowend Lorentzweiler
Mi	02	Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, City Promenade by night
Do	03	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Abbaye de Clairfontaine
Fr	04	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, VTT
Sa	05	
So	06	
Mo	07	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter
Di	08	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, Straußenfarm Contern
Mi	09	Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, Burg Useldéng
Do	10	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Pairi Daiza : parc animalier à thème
Fr	11	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, Apéro'Boat et Basilique à Metz, Maastricht
Sa	12	
So	13	
Mo	14	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Frauenleben-Frauenlegende
Di	15	Assomption
Mi	16	Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif
Do	17	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX
Fr	18	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, Kaffisstuff Heffingen, Muerbelsmillen
Sa	19	
So	20	Immer wieder Sonntags
Mo	21	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter

Di	22	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, It's Tea Time
Mi	23	Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, Stage de voile en catamaran
Do	24	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX
Fr	25	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, Steinkaulenbergwerk und Weiher Schleife
Sa	26	Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler
So	27	
Mo	28	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter
Di	29	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, Spillowend Lorentzweiler, Eifelpark Gondorf
Mi	30	Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif
Do	31	Autopédestre ganzer Tag, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX

SEPTEMBER

Fr	01	Jogging, Nordic Walking intermédiaire
Sa	02	
So	03	
Mo	04	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter
Di	05	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants
Mi	06	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, Visite Guidée de Strasbourg et de sa cathédrale
Do	07	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Wandern a Grillen zu Schoos
Fr	08	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, VTT, Château de Bourscheid
Sa	09	Velosvakanz
So	10	Velosvakanz
Mo	11	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Visite de l'Opéra de Wallonie et de la ville de Liège, Velosvakanz
Di	12	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, Spillowend Lorentzweiler, Hierber Brennerei, Velosvakanz
Mi	13	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, Velosvakanz
Do	14	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Schlossberghöhlen Homburg, Velosvakanz
Fr	15	Jogging, Nordic Walking intermédiaire, VTT, Velosvakanz
Sa	16	Velosvakanz
So	17	Über den Wolken - Das Konzert 2023 vom Uelzechtdall Chouer
Mo	18	Rad fahren, Aquagym, Stricken ist inn, Fit am Alter, Wandervakanz
Di	19	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, Wandervakanz

Mi	20	Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, Club Senior Treffen auf der Marie-Astrid, Wandervakanz
Do	21	Autopédestre, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Wandervakanz
Fr	22	Jogging, Aquagym, Nordic Walking intermédiaire, Kaffisstuff Heffingen, Einkaufen
Sa	23	Festival Vapeur 50ème anniversaire à Treignes
So	24	Immer wieder Sonntags, Oper: Idiomeneo, Entdeckungsreise Albanien
Mo	25	Rad fahren, Aquagym, Stricken ist inn, Fit am Alter, Entdeckungsreise Albanien
Di	26	Klengen Trèppeltour, Badminton, TRX, Nordic Walking débutants, Spillowend Lorentzweiler, Entdeckungsreise Albanien
Mi	27	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Pétanque, Nordic Walking intensif, Entdeckungsreise Albanien
Do	28	Autopédestre ganzer Tag, Pickle Ball, Stricken ist inn, Uelzechtdall Chouer, TRX, Entdeckungsreise Albanien
Fr	29	Jogging, Aquagym, Nordic Walking intermédiaire, VTT, Schmugglertour- Lass dich nicht erwischen!, Entdeckungsreise Albanien, Maastricht
Sa	30	Poter- a Spillnometteg Lorentzweiler, Entdeckungsreise Albanien



Jogging



Wann | Quand ?

Immer Freitags von 09h00-10h30

Wo | OÙ ?

Erfahren Sie über:

clubjoggeursuelzechdall.blogspot.com

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

25€ | Trimester

En allure libre, nous irons courir tous les vendredis matins. Pour un plus grand plaisir nous irons courir sur différents sites avec des parcours de 6 à 9 km. A votre rythme et en respectant vos capacités. Nous essayerons de progresser pour que vous puissiez courir 1h ou suivant votre niveau augmenter la distance parcourue sur 60 minutes de course. Un petit plus, chaque dernier jogging du mois je vous propose de finir le mois par un petit verre et quelques bouchées gourmandes. En règle générale, je m'occuperai de venir avec le café et les boissons.

Aquagym in Mersch



Wann | Quand ?

Ab Montag den 18. September 2023,
Immer Montags und Freitags von 16h15-17h15
(außer Schulferien)

Wo | OÙ ?

Schwimmbad Krounebjerg, Mersch

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

100€ | 12 Eintritte

Bei 30° in einem halben Schwimmbecken, das uns zur alleinigen Verfügung steht, wird Clément Goncalves mit Ihnen zusammen Wassergymnastik machen. Wichtig ist es, dass hier jeder in seinem Rhythmus arbeiten kann, und dies sehr gut für Ihre Gelenke und Ihren Rücken ist.

Ici pas de performance, chacun travaille suivant son rythme. Une activité physique idéale pour soulager les problèmes de dos, les troubles vasculaires et les articulations. Et Clément Goncalves vous guidera à travers le cours.

Badminton



Wann | Quand ?

Ab dem 4. Juli 2023,
Immer Dienstags von 09h00-11h00

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

In den Schulferien nur bedingt mit Thierry

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

Halten Sie sich spielerisch in Form, und tun Sie dies mit einem Badmintontraining. Wir werden aber nicht nur „normal“ spielen, sondern Spiele und Übungen machen um den Körper fit zu halten.

Nous vous proposons de garder la forme tout en vous amusant. Le badminton est un sport complet mais qui peut être pratiqué de manière ludique en respectant ses capacités et sa forme physique. Après un échauffement et quelques techniques de jeu, vous pourrez défier un adversaire le temps de quelques matches. Bonne humeur et convivialité seront au rendez-vous. Des vestiaires et des douches seront à votre dispositions.



Pickle Ball



Wann | Quand ?

Ab dem 6. Juli 2023,
Immer Donnerstags von 09h00-11h00

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

In den Schulferien nur bedingt mit Ervin

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

Pickle Ball ist ganz neu und eine Abwandlung des Badmintons. Es erlaubt ihnen weiterhin zu spielen, ohne aber die Schultern zu überlasten. Auch sind hier keine ruckartigen Wechselbewegungen der Beine nötig. Auf YouTube finden sie Videos, die den Sport zeigen. Wir setzen auch ein Video auf unsere Internetseite.

Pickle Ball est un tout nouveau sport qui a été créé pour permettre aux gens qui ont des difficultés articulaires de continuer à pratiquer un sport qui ressemble fort au Badminton, mais qui est moins éprouvant pour les articulations.

Stricken ist inn!



Wann | Quand ?

Immer Montags und Donnerstags
von 14h30-16h30

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Es ist wieder modern zu stricken. Man kann dabei herrlich entspannen, plaudern und gleichzeitig etwas Schönes und Nützliches mit seinen Händen unternehmen. In diesem Kurs

kann man sich austauschen, neue Wolle und Muster ausprobieren. Strickeisen und Wolle bitte mitbringen!



Uelzechtdall-Chouer



Wann | Quand ?

Immer Donnerstags,
Jeweils um 09h30-11h00

Wo | Où ?

Musekshaus „A Schmatts“, Steinsel

Wer | Qui ?

Josy

Der Uelzechtdall-Chouer ist mittlerweile ein fester Bestandteil unserer Aktivitäten. Rund 30 Sängerinnen und Sänger treffen sich zum Proben und bereiten Konzerte vor.

Natürlich dürfen und sollen sich auch noch neue Sänger zu uns gesellen. Vielleicht hat die Kostproben unseres Könnens Sie ja dazu ermutigt auch mit uns zu singen. Melden Sie sich an und singen Sie mit.

Nordic Walking Cours intensif



Wann | Quand ?

Ab dem 5. Juli 2023,
Immer Mittwochs von 14h30-17h00

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt/
Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Thierry Vanderavero

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

La marche nordique possède bien des avantages par sa pratique régulière et est accessible à tous. Elle permet une dépense calorique supérieur de 40 % à la marche traditionnelle et est équivalente à un jogging à distance et vitesse égale. Les bâtons vous donnent une aide considérable, ils augmentent votre foulée et réduisent de 30% la charge sur les articulations des genoux et chevilles. Lors de nos marches, nous aurons l'occasion d'améliorer vos gestes techniques et votre endurance. Mais nous serons aussi un groupe convivial : parler, rire et échanger ensemble sont indissociable de l'activité physique.

Les séances ont une durée de 2 heures, échauffements et étirements compris, pour distance variable entre 7 et 10 km. Les bienfaits sur le corps, au niveau cardiaque, respiratoire, sur la posture et la tonicité des muscles seront visibles après quelques séances.

Thierry et Ervin ont suivi une formation spéciale pour vous encadrer.

VTT dans la nature



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 07. und 21. Juli 2023

Am Freitag, den 04. August 2023

Am Freitag, den 08., 15. und 29. September 2023

Wo | Où ?

Wird Ihnen mitgeteilt

Wer | Qui ?

Vanderavero Thierry

Preis | Prix ?

25€ | Trimester

Je vous propose de parcourir les bois et les chemins naturels du pays avec des parcours adaptés et surs. En petit groupe, sans se presser sur les chemins de terre, en vtt nous suivrons différents circuits entre 30 et 40 km suivant les difficultés du parcours. Chaque circuit sera fait une fois par nous pour être sûr que le parcours soit praticable en toute sécurité.



Fit am Alter



Wann | Quand ?

Ab dem 3. Juli 2023,

immer Montags von 10h00-11h00

Wo | Où ?

Parking, rue de Gosseldange (Mersch)

Wer | Qui ?

Nicole Wolff

Preis | Prix ?

25€

Nicole lädt Sie ein, Montag morgens mit den Stöcken durch den Merscher Park zu wandern, um so den Körper fit zu halten, zumal momentan verschiedene Kurse wie Sitzturnen nicht stattfinden. Es wird eine sanfte Form des Nordic Walking angestrebt, damit auch jeder der am Sitzturnen teilnimmt, hier mithalten kann.

La gymnastique assise ne se faisant pas pour le moment, Nicole vous propose de l'accompagner dans le parc de Mersch pour des petites balades renforcées.

Outdoor TRX class



Wann | Quand ?

Immer Dienstags von 8h45 – 9h30
und Donnerstags von 9h00-09h45

Wo | Où ?

Parc de Mersch

Wer | Qui ?

Clément Goncalves

Preis | Prix ?

60€ / Trimester

Préparez votre esprit dès maintenant, car dans ce cours de TRX en plein air de haut niveau, vous obtiendrez une explosion corporelle complète avec des exercices de musculation et de tonification corporelle. Ce cours vous laissera un sentiment de force et d'accomplissement. C'est l'entraînement parfait pour le parc, surtout à l'approche des mois les plus chauds, mais, nous aurons la possibilité de revenir à la salle si le temps n'est pas au rendez-vous. Amusons-nous et faisons-le!

Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten, ...) ändern vom **15. Juli bis 31. August inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **9h00 und 12h00**. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Pour pouvoir gérer les congés du personnel ainsi que toutes les activités extérieures, nous adaptons les heures d'ouverture de notre bureau du **15 juillet au 31 août inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **9h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.

Remise en forme



Wann | Quand ?

Nach Termin

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

Einführung gratis, 85€ | 10 Einheiten

Halten Sie Ihren Körper fit oder verbessern Sie Ihre Kondition indem Sie bei uns an verschiedenen Apparaten (Fahrrad, Laufband, Revaline) ein Programm zusammengestellt bekommen. Der Kurs ist auf 10 Einheiten begrenzt und ist dazu gedacht Sie wieder fit zu machen um an einem unserer Kollektivkurse teilzunehmen.

Vous souhaitez garder une bonne condition physique ou la retrouver ? Nous mettons à votre disposition 3 appareils de remise en forme, un tapis de marche, un vélo elliptique et la Revaline. Vous serez accompagné et ensemble nous établirons une fiche de travail sur l'effort et le temps que vous désirez y consacrer. Ce cours se limite à 10 séances par personne et il est destiné à vous remettre en forme pour pouvoir accéder à un de nos cours collectifs.



Sprechstunde



Wann | Quand ?

Nach Vereinbarung

Wer | Qui ?

Josy

Haben Sie Probleme und brauchen Rat? Möchten Sie vertraulich mit jemandem reden? Brauchen Sie Hilfe bei Entscheidungen? Wir stehen Ihnen gerne zur Seite, und garantieren Ihnen absolute Diskretion. Rufen Sie an, um einen Termin festzulegen!

Si vous avez un problème, besoin d'un conseil, où besoin de vous confier à quelqu'un, nous sommes là pour vous écouter. Ceci en toute discrétion et l'entretien tombe sous les règles du secret professionnel. Entretiens sur rendez-vous.

Computer / Internet



Wo | OÙ ?

In unseren Räumlichkeiten in Lorentzweiler
Wenn wir zu Ihnen kommen, wird ein
Kilometerzuschlag verrechnet

Wer | Qui ?

Josy / Joe

Preis | Prix ?

30€ / Stunde

Haben Sie Probleme mit Ihrem Computer, möchten Sie sich weiterbilden, haben Sie Fragen zum Internet, so rufen Sie bei uns an, und machen einen Termin mit einem unserer Mitarbeiter aus. Wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung.

Des problèmes avec votre ordinateur ? Besoin de trucs et d'astuces pour mieux utiliser le pc et internet? Prenez rendez-vous et un de nos employés vous conseillera !



FREIZEITAKTIVITÄTEN | LOISIRS :

Rad fahren



Wann | Quand ?

Immer montags ab 14h00

Wo | OÙ ?

Wird bei der Anmeldung mitgeteilt.

Wer | Qui ?

Ervin

Jeden Montag trifft unsere Radgruppe sich um über Land auf den verschiedensten Strecken einen sportlichen und geselligen Nachmittag zu verbringen. Steigen sie auf und radeln sie mit uns.

Vous aimez rouler en vélo ? Tous les lundis à 14h00 nous nous rencontrons sur une des nombreuses pistes cyclables pour pédaler ensemble.

Pétanque in Lorentzweiler



Wann | Quand ?

Immer mittwochs von 14h00 bis 18h00

Wo | Où ?

Lorentzweiler

Unsere Pétanque-Gruppe ist ein fester Bestandteil des Clubs. Und ein sehr aktiver, der schon so manchen Pokal gewinnen konnte. Wollten Sie es schon immer mal probieren, oder sind Sie schon ein begeisterter Spieler? Dann schließen Sie sich uns an, wir spielen, wenn das Wetter es erlaubt immer mittwochs, und falls es zu viele werden können wir noch einen weiteren Tag spielen.

Dès que le temps le permet, nous allons jouer à la pétanque, et ceci tous les mercredis, et s'il y a trop de monde nous allons ajouter un autre jour.



“Klengen Treppeltour”



Wann | Quand ?

Immer dienstags von 14h00-17h00

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Thierry

Unser Autopédestre am Donnerstag kennt einen Riesenerfolg, aber viele von Ihnen haben uns gefragt, eine Wandergruppe zu starten die nicht mehr so lange Strecken zurücklegt.

Also kommen Sie mit uns kleine Wandertouren von +/-7 km machen, in gemütlichem Tempo und mit viel Unterhaltung unterwegs.

L'autopédestre du jeudi vous semble trop long ? Alors marchez avec nous les mardis. Les tours sont moins grands, moins rapides et nous papotons beaucoup !

Autopédestre



Wann | Quand ?

Immer donnerstags von 14h00-18h00

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Ervin

Das Ziel unserer Wanderungen ist das gesellige Zusammensein in der Natur, und dabei auch noch was Gutes für die Gesundheit tun. Unsere Wanderungen betragen zwischen 8 und 12 Kilometer und sind in einem angemessenen Tempo für jeden zu bewältigen, der etwas Übung hat. Dabei bleibt auch noch genug Zeit, die schönen Aussichten, oder seltenen Pflanzen zu bestaunen. Nach Ende unserer Wanderungen gehen wir noch gemeinsam etwas trinken.

Se promener en groupe et profiter de la nature, tel est le but de nos auto pédestres. Nous marchons entre 8 et 12 km, sans courir. A la fin, nous nous retrouvons autour d'un bon verre.



Autopédestre ganzer Tag



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 27. Juli,
31. August und den 28. September 2023

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Ervin

Wegen der großen Nachfrage, auch mal donnerstags den Autopédestre ganztags zu machen organisieren wir einmal im Monat so einen Tag. Zum Mittagessen gehen wir in ein Restaurant oder nehmen auch mal ein Picknick mit.

Une fois par mois, nous organisons un auto pédestre qui dure toute la journée, avec une pause restaurant à midi !

Mit Nordic Walking in Form



Wir bieten unseren Nordic Walking in verschiedenen Regionen an, damit keiner zu weit anfahren muss! Dies soll Sie aber nicht daran hindern in mehreren Gruppen mitzuwalken. Bitte melden Sie sich bei uns an.

Plusieurs fois par semaine nous nous retrouvons à différents endroits pour faire du Nordic Walking. Choisissez la région la plus près de chez vous et accompagnez-nous.

Gruppe 1:

langsames, angepasstes Training/
débutants

Wann | Quand ?

Immer dienstags von 09h00-10h30

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt |

Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Während der Sommermonate nur bedingt mit Ervin

Preis | Prix ?

30€ pro Trimester |
40€ bei Teilnahme an 2 Gruppen

Gruppe 2:

normales training

Wann | Quand ?

Immer freitags von 09h00-10h30

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt |

Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Während der Sommermonate nur bedingt mit Clément

Preis | Prix ?

30€ pro Trimester |
40€ bei Teilnahme an 2 Gruppen

UNSER LAUFENDES PROGRAMM :

Poterstonn Lorentzweiler



Wo und Wann | Quand et où?

Sall „Fautelfiels“, Lorentzweiler

Immer mittwochs, von 14h30 bis 17h30

Wer | Qui ?

Ervin

Fühlen Sie sich auch oft allein und vermissen die Gesellschaft. Bei uns in der „Poterstonn“ können Sie sich bei Kaffee und Kuchen austauschen, eine Handarbeit machen oder bei dem einen oder anderen Gesellschaftsspiel Spaß haben, und so das Alleinsein für ein paar Stunden vergessen. Ein spezieller

Busservice bringt Sie aus den umliegenden Dörfern zur Poterstonn, und wieder nach Hause. Rufen Sie einfach an um sich anzumelden. **Tél. : 26 33 64-1**

Venez passer avec nous des après-midi agréables pour ne pas vous retrouver seuls ! Une tasse de café, un morceau de tarte et des gens sympas avec qui parler, vous feront passer de belles heures.

Die Poterstonn findet jeweils von 14h30 bis 17h30 statt.



Spillowend Lorentzweiler



Wann | Quand ?

Am Dienstag den, 04. und 18. Juli 2023

Am Dienstag den, 01. und 29. August 2023

Am Dienstag den, 12. und 26. September 2023

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Clément

Wollen Sie den langen Abenden entfliehen? In gemütlicher Runde Gesellschaftsspiele oder Karten (Rommé, Belot, Konter a Mitt...)spielen, so sind Sie bei uns richtig. Einem gemütlichen Abend steht nichts mehr im Wege. Für Getränke und einen kleinen Imbiss ist ebenfalls gesorgt. Ein spezieller Busservice bringt Sie aus den umliegenden Dörfern zum Spillowend, und wieder nach Hause. Rufen Sie einfach an um sich anzumelden. **Tél. : 26 33 64-1**

Pourquoi rester toujours devant la télé le soir ? Venez jouer avec nous à des jeux de société ! Au besoin nous viendrons vous chercher avec notre minibus.

Der Spillowend findet jeweils von 19h00 bis 23h00 statt.

Kaffisstuff in Heffingen



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 21. Juli, 18. August und
22. September 2023
ab 14h30

Wo | Où ?

Sporthalle Heffingen

Nachmittags gemütlich zusammenkommen und bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen über Gott und die Welt plaudern, was gibt es

Schöneres! Sie können auch spielen oder sich mit unserem Personal unterhalten. Ein gemütlicher Nachmittag unter Bekannten und zukünftigen Bekannten! **Wir holen Sie auch persönlich zu Hause ab, und bringen Sie auch wieder heim!**

*Se rencontrer ensemble l'après-midi autour d'un café (ou d'une coupe de champagne) et papoter de tout et de rien, c'est le but de cette activité ! Et bien sûr de se retrouver entre anciens et nouveaux amis. **Nous venons vous chercher à la maison pour cette activité !***



Einkaufen



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 28. Juli
und den 22. September 2023,
ab 11h00

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

5€

Hiermit wollen wir die Leute ansprechen, die **nicht mehr so mobil** sind, und Ihnen trotzdem die Möglichkeit bieten Ihre Einkäufe zu erledigen. Wir holen Sie bei sich zu Hause ab, und gehen gemeinsam in ein Restaurant zu Mittag essen, bevor wir anschließend unsere Einkäufe erledigen.

Régulièrement nous vous accompagnons pour faire vos courses dans différentes grandes surfaces. Attention, cette activité est réservée aux personnes seules et/ou à mobilité réduite qui ont besoin d'aide pour les achats.

Immer wieder Sonntags...



Wann | Quand ?

Am Sonntag, den 30. Juli,
20. August und am 24. September 2023
ab 11h00

Wo | OÙ ?

Wird immer eine Woche im Voraus mitgeteilt

Ist für Sie der Sonntag der schlimmste Tag? Alleine zu Hause, die Gedanken lassen einen nicht in Ruhe und man vermisst die Gesellschaft rund um den Esstisch! Wir laden Sie ein, einmal pro Monat den Sonntag mit uns zu verbringen. Wir holen Sie ab, gehen gemütlich zusammen essen, und verbringen den Nachmittag zusammen z.B. auf einem Fest. Auf jeden Fall werden wir in Gesellschaft sein und so dem grauen Sonntag ein Schnäppchen schlagen! Melden Sie sich an, Sie erfahren dann immer rechtzeitig, wo es hingehht!

Pour tous ceux qui se retrouvent seuls le dimanche, nous organisons une fois par mois une petite sortie : restaurant, petite promenade ou visite d'une fête de village, ...



Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler



Wann | Quand ?

Am Samstag, den 22. Juli,
26. August und 30. September 2023
um 14h30

Wo | OÙ ?

Sall „Jo Gaffiné” Lorentzweiler

Einmal im Monat treffen wir uns zu einem gemütlichen Nachmittag um zusammen zu reden und Gesellschaftsspiele zu spielen. Sie können ihre Spiele mitbringen oder Karten. Wir werden aber auch Spiele dabei haben und für diejenigen die wollen können wir dann zusammen neue Spiele entdecken, respektive alte Spiele wieder neu aufleben lassen. Das ganze natürlich mit Getränken, und Kuchen darf auch nicht fehlen. Wir freuen uns schon zusammen mit Ihnen diese Nachmittage verbringen zu können.

Mëttesdësch



Wann | Quand ?

Mittwochs von 11h45-14h00

Wo | Oû ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Monique Bauer/Guy Schiltz

Preis | Prix ?

15€ Vorspeise, Menü und Dessert

In unseren Räumlichkeiten kochen wir einmal pro Woche für Sie, und wieso nicht sogar mit Ihnen. Das Mittagessen schmeckt doch besser, wenn man nicht alleine am Tisch sitzt. Und es muss ja auch nicht immer gleich ein Restaurant sein. Außerdem gibt das Ihnen auch die Gelegenheit mit unserem Personal zusammen zu sein und sich auszutauschen. Wir freuen uns auf jeden Fall schon mit Ihnen zu essen.

Nous allons vous cuisiner un repas une fois par semaine. Manger ensemble, nouer des contacts, s'échanger avec les employés du Club, et pourquoi ne pas, aider dans la cuisine de temps en temps, c'est bien plus agréable que de rester seul à la maison.

Sehr wichtig, aus organisatorischen Gründen müssen Sie sich bis dienstags 12h00 anmelden. Die Plätze sind auf 30 begrenzt.

05/07/23	Zwou Zorten Nuddelen
12/07/23	Kee Mettesdesch
19/07/23	Kallefsragout mat Gromperen
26/07/23	Summerfest in Schoos
02/08/23	Kee Mettesdesch
09/08/23	Kee Mettesdesch
16/08/23	Kee Mettesdesch
23/08/23	Kee Mettesdesch
30/08/23	Kee Mettesdesch
06/09/23	Eng Assiette mat Fritten an Zalot
13/09/23	Bouneschlupp mat Gromperekichelcher
20/09/23	Clubtag Marie Astrid
27/09/23	Bouletten mat wäissem Kabes an Gromperen

Datenschutzbestimmungen Club Uelzechtdall

Sie wissen, dass zum Schutz des Konsumenten vor einiger Zeit neue Bestimmungen erlassen wurden. Da auch wir Daten unserer Kunden speichern, möchten wir Sie darauf aufmerksam machen, dass Sie unter anderem das Recht haben, Ihre gesamten, von uns gespeicherten Daten einzusehen, und dass Sie das Recht haben, dass wir all diese Daten auf Ihre Anfrage hin löschen.

Aber welche Daten speichern wir überhaupt und was machen wir damit?

Um unsere Aktivitäten organisieren zu können, um Sie erreichen zu können und mit Ihnen kommunizieren zu können, benötigen und speichern wir folgende Daten:

Name / Vorname / Straße / Postleitzahl und Wohnort / Telefonnummer / evtl. die Mailadresse.

Um Statistiken erstellen zu können bitten wir Sie zudem noch, uns Ihren Geburtstag und Ihre Nationalität mitzuteilen. In den erstellten Statistiken tauchen keine Namen mehr auf. Es ist nicht möglich, von den Zahlen her den Namen einzelner Personen abzuleiten.

Das war es dann auch schon mit den gespeicherten Daten.

All diese Daten bleiben im Club Uelzechtdall und werden nicht weitergegeben (ausser die anonymen Statistiken, die an das Familienministerium weitergeleitet werden). Es sei denn, um Aktivitäten zu ermöglichen.

Unsere Kursleiter erhalten Namenslisten, auf denen auch die Telefonnummern vermerkt sind. Dies ist nötig für die Organisation und den Ablauf der Kurse. Die Kursleiter dürfen die Listen auf keinen Fall weitergeben.

Wenn wir Reisen oder Tagesfahrten mit andern Clubs organisieren, erstellen wir ebenfalls eine Liste mit allen Teilnehmern und den Handynummern. Dies dient der Übersicht, bzw. der Sicherheit. Nach der Reise werden die gedruckten Listen vernichtet.

Wir bitten Sie bei Flugreisen um eine Kopie Ihres Personalausweises. Diese Kopie wird nach der Reise vernichtet.

Wie gesagt, Sie können Ihre Daten jederzeit einsehen oder verlangen, dass sie gelöscht werden. Allerdings müssen wir darauf hinweisen, dass Sie ohne diese Daten in Zukunft nicht mehr an unseren Aktivitäten teilnehmen können, da dies organisatorisch nicht machbar ist.

Politique de confidentialité du Club Uelzechtdall

Comme vous le savez, de nouvelles politiques de confidentialité sont mises en place vis-à-vis des consommateurs. Etant donné que nous sommes nous-mêmes en possession de données personnelles de nos clients, nous souhaiterions vous faire remarquer que vous avez le droit, en tant que client, de consulter l'intégralité de vos données et que nous pouvons et devons les supprimer à votre demande si tel est votre souhait.

Quelles données collectons-nous et pour quelle utilité ?

Dans le but d'améliorer l'organisation de nos activités et d'optimiser la communication avec nos clients nous enregistrons les données suivantes :

Nom / prénom / rue / code postal et localité / numéro de téléphone / courriel (facultatif)

A des fins de statistiques, nous vous demandons également de nous communiquer votre date de naissance ainsi que votre nationalité. Ces statistiques ne mentionnent aucun nom et sont donc traitées de façon anonyme. Une fois établies, il n'existe plus aucun lien ni corrélation entre les données recueillies et l'identité des personnes.

L'utilisation de vos données s'arrête là.

Toutes ces données restent au sein du Club Uelzechtdall et ne sont aucunement transmises, si ce n'est pour l'organisation de nos activités (hormis les statistiques anonymes qui sont transmises au Ministère de la Famille).

Nos formateurs reçoivent des listes de noms sur lesquelles sont repris les numéros de téléphone, nécessaires à l'organisation et au bon déroulement des cours proposés et auxquels vous participez. Ces listes sont traitées de façon strictement confidentielle et les formateurs sont tenus à l'obligation de ne les utiliser que pour les cours du Club Uelzechtdall.

En cas d'excursions organisées avec des clubs partenaires, des listes sont établies avec les numéros de téléphone de chaque participant afin d'améliorer la qualité et l'organisation de notre événement, mais également pour vous garantir une sécurité optimale. Toute liste imprimée est détruite après l'excursion.

Lors de vols aériens, nous vous prions de nous fournir une copie de votre passeport. Ce document est également détruit après la fin du voyage.

Il vous est possible, à tout moment, de consulter vos données et de nous demander de les effacer. Néanmoins, nous portons votre attention sur le fait que sans ces informations dans notre base de données, il ne vous est pas possible de participer à nos activités, pour des raisons d'organisation et de sécurité.



DAS TEAM UELZECHTDALL :



Josy

Direktion

Tél. 26 33 64-1

E-mail: direktioun@clubuelzechtdall.lu



Joe

Sekretariat

Tél. 26 33 64-1

E-mail: sekretariat@clubuelzechtdall.lu



Luca

Sekretariat

Tél. 26 33 64-1

E-mail: sekretariat@clubuelzechtdall.lu



Thierry

Animation

Tél. 26 33 64-27

E-mail: thierry@clubuelzechtdall.lu



Nadine

Animation

Tél. 26 33 64-25

E-mail: nadine@ cud.lu



Ervin

Animation

Tél. 26 33 64-23

E-mail: ervin@ cud.lu



Jessica

Animation

Tél. 26 33 64-25

E-mail: jessica@ cud.lu



Clément

Animation

Tél. 26 33 64-25

E-mail: clement@ cud.lu

Öffnungszeiten Sekretariat:

Montag-Donnerstag

09h00-12h00 & 14h00-16h00

Freitag

09h00-12h00

Wenn Sie sich über E-Mail für eine unserer Aktivitäten anmelden möchten, dann schicken Sie bitte ihre Anmeldung an sekretariat@ cud.lu oder über das Anmeldeformular auf unserer Internetseite.





PFLEGENDE ANGEHÖRIGE: UNERLÄSSLICH ABER ZU OFT UNSICHTBAR!

Unerlässlicher
Pflegeangehöriger

Sie pflegen Ihren Partner, einen Verwandten,
Kind, Freund oder Nachbarn? Das Hilfs- und
Pflegenetzwerk Help steht Ihnen zur Seite,
damit jeder Tag ein guter Tag ist!
Rufen Sie uns an unter **26 70 26**.

alternatives.lu

Aidant.lu

Eine Initiative von

help
All Dag ass e gudden Dag

OS

PRINTED IN
LUXEMBOURG



myclimate
neutral
Imprimé
myclimate.org/01-18-878020

