



Wanter am Dall 2026

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

club
aktiv+







Paul Bach
Präsident



Josy Holcher
Direktor

Prosit 2026!

Mit dieser Winterausgabe möchten wir Ihnen erneut einen warmen Begleiter durch die kälteste Zeit des Jahres in die Hand geben. Der Winter lädt ein, innezuhalten, sich zu sammeln und gleichzeitig neue Energie für gemeinsame Aktivitäten zu schöpfen – und genau das möchten wir als Club mit Ihnen teilen.

Im vergangenen Jahr haben wir wieder viel erlebt: sportliche Herausforderungen, kulturelle Entdeckungen und zahlreiche gesellige Momente, die uns als Gemeinschaft noch enger zusammengeschweißt haben. Und natürlich, was für uns als Ihr Team unvergesslich bleiben wird, die Feiern und der Ausflug zum Anlass unseres 25jährigen Bestehens.

Und was uns ganz speziell Freude macht, ist dass wir 2025 sehr viele aktive Kunden hatten. Um genau zu sein haben 1171 Personen an mindestens einer unserer Aktivitäten teilgenommen. Die meisten davon aber sicherlich an mehr als einer, bis hin zur wöchentlichen Teilnahme. Das motiviert das Team, auch in Zukunft mit ganzer Kraft für Sie da zu sein.

Wir danken allen, die durch ihr Engagement, ihre Ideen und ihre Teilnahme unseren Club Uelzechtdall so lebendig und vielfältig machen. Möge diese Broschüre Sie auch wieder inspirieren, motivieren und vielleicht auch ein wenig vorfreudig auf das machen, was wir im kommenden Jahr gemeinsam erleben werden.

Das ganze Team vom Club, sowie der Vorstand der Asbl, wünschen Ihnen eine besinnliche Winterzeit, frohe Festtage und einen guten Start in ein gesundes, aktives neues Jahr.

Prosit 2026!.....	3
-------------------	---

INFOS:

Wo steige ich eigentlich in den Bus?	6
Chèque cadeau à offrir	7
Carnet d'adresses	8

HIGHLIGHTS:

Die Männer laden ein!.....	10
Spontane Aktivitäten und andere Informationen!.....	10
Activités spontanées et autres informations!	10
Frühjahrsbrunch.....	11
Kastelruther Spatzen in Kirwiller (F)	11
Theaterstück: "1 Millioun an 2 Affären"	12
Uelzechtdall Bléiser: Musek aus Filmer a Filmmusék	12
Theaterstück: "D'rise Katastroph bei der Télé"	13

AUSFLÜGE | EXCURSIONS :

Editpress in Esch/Alzette	14
Musée du Computer	15
Besuch im Musée Ferrum in Kayl und die Wanderausstellung über „Sneakers“	16
Devonium in Waxweiler	17
Besuch des Restaurants der Hotelschule EHTL (Ecole d'Hôtellerie et de Tourisme du Luxembourg) in Diekirch	17
MNHM – Musée National d'Histoire Militaire	18
Mondo del Caffè	18
Villeroy & Boch & Feinmechanisches Museum Fellenbergmühle.....	19
Führung über den Schaumberg und Besuch der Benediktinerabtei Tholey	19
Journée Escape Game – Deux univers, un défi !	20
Saint-Gobin : site industriel.....	20
Revivez la Bataille des Ardennes aux côtés d'un historien passionné	21
Plongez au cœur de la mine Walert !.....	21
Visite du musée du tabac de la Semois	22
Musée Automobile & Musée d'Histoire	23
Le Jardin d'Hiver – Une parenthèse tropicale au cœur de Metz	23
Tintin, l'art et la ville : une exploration à Louvain-la-Neuve.....	24
Ostermarkt in St Wendel	25
Besuch des Flippermuseums in Wittlich.....	25
Musée de la photographie à Charleroi	26
Osterdeko Fadenei	27
Maastricht	28
It's Tea Time	29

KONFERENZEN | CONFÉRENCES :

Buchclub Uelzechtdall	30
Zusammenarbeit Mierscher Theater	31

KOLLEKTIVKURSE | COURS COLLECTIFS :

Aerobic : sich bei Musik und guter Laune sportlich betätigen	42
Aérobic : bouger en musique et dans la bonne humeur	42
Jogging	43
Aquagym in Mersch	44

Badminton	44
Pickle Ball	45
Streckhexen	45
Yoga	46
Fit for Fun.....	47
Recabic	47
PILATES – Gleichgewicht und Muskelstärkung	48
TRX « entraînement par suspension de poids de corps »	49
Sitzturnen in Bissen und Lintgen	50
Self défense	50
Es wird wieder genäht!	51
Uelzechtdall-Chouer	51
Equilibre et prévention des chutes	52
Zirkeltraining.....	52
Interaktives Gedächtnistraining	53
Gymnastique pour Dames.....	53
Mit Nordic Walking in Form.....	54
Nordic Walking Cours intensif	55
Fit mat Tanzen.....	56
Balade nature et sportive en E-Mountainbike.....	57
Sport pour tous via ZOOM	57
Linedance	58
Fit am Alter.....	59
Blasorchester Uelzechtdall	59
Orchestre à vent Uelzechtdall.....	59
Floor-Curling.....	60

PRIVATKURSE | COURS PRIVÉS :

Remise en forme	62
Sprechstunde	63
Computer / Internet	63

FREIZEITAKTIVITÄTEN | LOISIRS :

Innen-Pétanque.....	64
„Klengen Trëppeltour“	65
Klengen Trëppeltour Ganzer Tag.....	66
Autopédestre.....	66
Autopédestre ganzer Tag	67
Poterstonn Lorentzweiler.....	68

UNSER LAUFENDES PROGRAMM:

Spillowend Lorentzweiler.....	69
Kaffisstuff in Heffingen	69
Einkaufen.....	70
Immer wieder Sonntags.	70
Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler	71
Mëttesdësch	72

DATENSCHUTZBESTIMMUNGEN CLUB UELZECHTDALL	73
--	-----------

POLITIQUE DE CONFIDENTIALITÉ DU CLUB UELZECHTDALL	74
--	-----------

DAS TEAM UELZECHTDALL :	75
--------------------------------------	-----------

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.



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-nous au secrétariat.



Carnet d'adresses

Commune de Bissen

Nouvelle Hall des Sports - ZAC Klengbousbiert | 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

Koscheschbau - 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

Musiksall - 142, route de Luxembourg | L-7374 Helmdange

Commune de Mersch

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

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

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

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

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

Salle des sociétés - 5, rue Wenzel | L-7593 Beringen

Commune de Steinsel

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

Musekshaus „A Schmatts“ - 13, rue Paul Eyschen | L-7317 Steinsel



Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.
Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Spontane Aktivitäten und andere Informationen! Activités spontanées et autres informations!

Um unser Angebot verbessern zu können, haben wir einen Newsletter erstellt. 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 bekommen alle, die uns ihre E-Mail Adresse hinterlegt haben. Automatisch bekommen Sie unsere Newsletter im 3-Monatsrhythmus. Sollten sie dies nicht wünschen, müssen Sie die Newsletter nur abmelden.

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 !

Die Männer laden ein!



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 06. Februar 2026 um 19h00
Anmeldung ab dem 18. Dezember möglich

Wo | Où ?

Sall Jo Gaffiné, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Die Männer des Teams

Preis | Prix ?

70€ (all inclusive)

Unsere Männer, das heißt Joe, Ervin, Clément, Luca, Thierry und Josy laden Sie zu einem Abendessen ein. Von der Saaldekoration über die Tische bis hin zum Essen ist alles von unseren Männern selbst gemacht. Auf dem Programm steht ein Drei-Gang-Menü mit den dazu passenden Weinen.

Frühjahrsbrunch



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 11. März 2026 ab 09h30

Wo | Où ?

Centre Culturel Helmdange

Preis | Prix ?

35€ Essen und Getränke inbegriffen

Der (meteorologische) Frühling ist da, und das soll gefeiert werden! Zusammen werden wir an einem herrlichen, von unserem Team zubereiteten Brunch sitzen, und es uns richtig gut gehen lassen. Gibt es eine bessere Idee, in den Frühling zu starten? Melden Sie sich an, und ab 9h30 Uhr startet unser Brunch.

Pour fêter l'arrivée du printemps, nous nous retrouvons autour d'un bon brunch préparé par nos soins ! Le brunch mélange le petit-déjeuner et le repas de midi, l'important étant de passer un agréable moment ensemble et de partager un repas.

Kastelruther Spatzen in Kirrwiller (F)



Wann | Quand ?

Am Samstag, den 18. April 2026, Abfahrt in Lorentzweiler um 08h00

Anmeldung ab dem 18. Dezember möglich

Wo | Où ?

Kirrwiller (F)

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

136€ + Transportkosten

Die Kastelruther Spatzen sind eine der bekanntesten und erfolgreichsten Volksmusikgruppen aus Südtirol. Seit fast 50 Jahren erfreuen sie bereits viele tausende Fans in deutschsprachigem Raum.

Wir haben 30 Tickets der besten Kategorie für sie reserviert.

Wir fahren am Morgen in Lorentzweiler ab und kommen zum Mittagessen in Kirrwiller an. Dort genießen wir ein gemeinsames Mittagessen in besonderer Atmosphäre, dieses wird mit Musikeinlagen begleitet. Gegen 14 Uhr 30 beginnt das Konzert der Kastelruther Spatzen. Nach dem Konzert machen wir uns wieder auf den Heimweg.

Theaterstéck: “1 Millioun an 2 Affären”



Wann | Quand ?

Am Sonntag, den 25. Januar 2026, um 15h00

Wo | Oû ?

Veräinshaus, Schoos

Preis | Prix ?

12€

Slapstick, Witz a vill Verwiesslungen!

De Postbeamte Benno sicht d’Léift - a fënnt de Chaos: zwou Affären, en Iwwerfall, e rosenen Ehemann an eng Millioun Euro, déi op eemol am falsche Stot läit.

Wien ass wierklech de Postraiber? A wéi kënn de Benno erëm aus der Patsch?

Eng sprëtzeg Komödie nom Hans Gmür – mat vill Tempo, Pointen a gudder Laun garantéiert!

Gespillt vum Theaterveräin Fëschbech-Schous-Angsbreg am Veräinshaus zu Schous op der Héicht.

Uelzechtdall Bléiser: Musek aus Filmer a Filmmusék



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 06. März 2026, um 19h30

Wo | Oû ?

Kultursall Steesel

Preis | Prix ?

15€

Unser Bläserensemble hat wieder ein abwechslungsreiches musikalisches Programm für sie zusammengestellt. Diesmal reisen wir durch die Geschichte der Filmmusik respektive der Musikwerke, die auch in Filmen verwendet wurden.

Freuen sie sich auf einen musikalischen Abend mit vielen bekannten Melodien. Unter der Leitung von Josy Holcher und wie immer passend kommentiert von Raym Hoffmann.

Theaterstéck : "D'rise Katastroph bei der Télé"



Wann | Quand ?

Am Sonntag, den 18. Januar 2026, um 15h00

Wo | Où ?

Hal Irbicht, Beringen/Mersch

Preis | Prix ?

15€

E Fernsehstudio, een exzentreschen Senderchef, extravagant Moderatorinnen an een hysterischen Regisseur, dat ass d'schillernd Welt vum Verkaafssender "KAUF TV". An do mattendran platzt den Theo Klein, e sympathischen Pechvogel an dee scho joerelaang ouni Arbecht ass. Hien wëllt de Studio botze kommen, gëtt awer mat engem weltbekannten amerikanischen Star-Moderator verwiesselt an da geet et lass. Hien wittert dat grousst Geld a spillt mat. Spéidestens dunn wéi deen echten Moderator aus den USA am Studio opdaucht, fänkt fir den Theo engt verreckend an turbulent Versteckspill un.

Kommt mat a loost Iech vun deem skurrilen Alldag iwwerzeegen, an iwwerraschen, vum Verkaafssender "KAUF TV".

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.

Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Für alle Ausflüge können Sie sich erst ab dem 18. Dezember anmelden
Pour toutes les excursions, les inscriptions sont possibles à partir du 18 décembre!

Editpress in Esch/Alzette



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 15. Januar 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 19h15

Wo | Où ?

Esch/Alzette

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

Transportkosten

Besuchen Sie mit uns „Editpress“ in Esch /Alzette, hier wird unter anderem die Tageszeitung „Tageblatt“ gedruckt. Wir treffen uns am Donnerstagabend gegen 20 Uhr, weil dies der einzige Tag ist, wo etwas früher als sonst mit dem Druck der Wochenzeitung "De Bauer", die freitags erscheint, begonnen wird.

Wir beginnen mit Erklärungen, und anschließend können wir den Verlauf des Zeitungsdrucks beobachten.

Musée du Computer



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 22. Januar 2026,
Abfahrt in Bissen um 07h00

Wo | Où ?

Namur (B)

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 70€

Le Computer Museum NAM-IP vous invite à un véritable voyage à travers le temps ! Découvrez comment l'informatique et le numérique ont évolué, depuis les toutes premières machines à statistiques d'Hollerith à la fin du XIXe siècle, jusqu'aux ordinateurs personnels des années 1980 et 1990.

Entre machines à écrire, mécanographie à cartes perforées et premiers ordinateurs installés en Belgique dans les années 1960, chaque étape raconte une page fascinante de l'histoire technologique.

Le musée propose deux parcours, Un parcours chronologique, qui retrace les grandes innovations au fil du temps. Un parcours thématique, qui met en valeur les pièces emblématiques de la collection.

Besuch im Musée Ferrum in Kayl und die Wanderausstellung über „Sneakers“



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 23. Januar 2026,
Abfahrt in Bissen um 12h50

Wo | Où ?

Kayl

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

15€

Besuchen Sie mit uns das Musée Ferrum in Kayl, das Museum wurde offiziell im Oktober 2022 eröffnet.

Dieses Gebäude beherbergt zum einen eine Kunstgalerie für Wanderausstellungen sowie einen Museumsbereich über die lokale Geschichte.

In einer Führung wird zunächst die Geschichte der Gemeinde Kayl durch eine Chronologie von den Anfängen der Steinzeit bis zur Gegenwart hervorgehoben. Dieses Thema wird mithilfe von Originalobjekten, die alle kürzlich entdeckt und zum ersten Mal der Öffentlichkeit gezeigt werden, aufgearbeitet.

Ein zweiter Aspekt liegt auf der Industriegeschichte des 19. und 20. Jahrhunderts. In diesem Zusammenhang werden kleine und mittelständische Unternehmen behandelt, die sich um die Eisen- und Stahlindustrie entwickelt haben und für die wirtschaftliche Entwicklung von Kayl und Tétange von grundlegender Bedeutung waren. Ein weiteres im Museum behandeltes Thema ist der Erztransport.

Nach der Führung können Sie sich die Wanderausstellung, die von „Sneakers“ handelt, ansehen. Dies sind turnschuhähnliche Schuhe, die im Alltag gerne getragen werden.

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.
Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Devonium in Waxweiler



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 29. Januar 2026,
Abfahrt Lorentzweiler um 09h00

Wo | Où ?

Waxweiler (D)

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/-60 €

Das Devonium in Waxweiler ist ein Museum zur Erd- und Naturgeschichte der Eifel. Dort erwartet uns eine interessante Führung, durch die faszinierende Welt des Devon-Zeitalters, bei der wir in die Zeit vor rund 400 Millionen Jahren zurückreisen, als urzeitliche Meere, Korallenriffe und die ersten Land-pflanzen die Erde prägten. Die Führung bietet spannende Einblicke in Fossilienfunde, Gesteine und die geologische Entwicklung der Eifelregion.



Besuch des Restaurants der Hotelschule EHTL (Ecole d'Hôtellerie et de Tourisme du Luxembourg) in Diekirch



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 03. Februar 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 11h20

Wo | Où ?

Diekirch

Preis | Prix ?

+/- 60€

Die „Hotelschule“ verfügt über ein Restaurant das dienstags, mittwochs und donnerstags für die Öffentlichkeit geöffnet ist.

Wir genießen ein 3 Gänge-Menü serviert mit einem Tagescocktail (mit oder ohne Alkohol), einem Glas Weißwein von unserer Mosel oder einem Glas Clarendelle Rotwein sowie Wasser über Tisch.

Das Mittagessen wird um 12 Uhr serviert, anschließend haben Sie die Gelegenheit, an einer Führung durch einen Schüler, die etwa ½ Stunde dauert, die Werkstätten, die Küchen sowie den Bereich, der für Schüler reserviert ist, zu entdecken. Außerdem können Sie Informationen zur Ausbildung der verschiedenen Bereiche erfragen.

MNHM – Musée National d'Histoire Militaire



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 11. Februar 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 13h00

Wo | Où ?

Diekirch

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 25€

Plongez au cœur de l'histoire au Musée National d'Histoire Militaire (MNHM) à Diekirch, un lieu captivant qui vous transporte dans l'univers de la Seconde Guerre mondiale et de l'Armée luxembourgeoise. Reconnu à l'international, le MNHM vous propose une expérience immersive unique à travers des dioramas grandeur nature et plus de 100.000 objets authentiques. Revivez les moments forts de la Bataille des Ardennes, découvrez le quotidien des soldats, et explorez les coulisses de l'histoire militaire du Luxembourg, depuis la naissance du Grand-Duché jusqu'à aujourd'hui. Chaque salle thématique vous raconte une histoire, chaque objet vous connecte à une époque. Que vous soyez passionné d'histoire, curieux ou simplement en quête d'une sortie enrichissante, cette visite vous marquera.



Mondo del Caffè



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 12. Februar 2026,
Abfahrt in Bissen um 15h00

Wo | Où ?

Echternach

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 40 €

Erleben sie Kaffee hautnah. In der Rösterei wird ihnen alles über Kaffeeanbau, -verarbeitung und -kultur erklärt. Nach dieser Visite werden sie ihren Kaffee ganz anders genießen.

Faites l'expérience du plaisir du café parfait ! Apprenez-en plus sur la culture, la récolte et la transformation, accompagnés d'une visite guidée passionnante de notre torréfaction de café. Plongez dans le monde du café et goûtez à la variété des arômes. Venez avec nous pour un voyage inoubliable à travers la culture du café!

Villeroy & Boch & Feinmechanisches Museum Fellenbergmühle



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 13. Februar 2026,
Abfahrt in Bissen um 08h30

Wo | Où ?

Mettlach (D)

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 60 €

Entdecken Sie das Universum von Villeroy&Boch in der alten Abtei Mettlach. Auf 2000m² Fläche werden Sie alles erfahren, von der Idee bis zum Design und zur Herstellung der verschiedenen Porzellanobjekte.

Das Museum für Feinmechanik Fellenbergmühle zeigt hauptsächlich Maschinen, die in der Fertigungstechnik zur Trennung eingesetzt werden. Das bemerkenswerteste Merkmal des Museums ist, dass die Fabrik, auf der es errichtet wurde, zum Zeitpunkt ihrer Stilllegung erhalten geblieben ist.



Führung über den Schaumberg und Besuch der Benediktinerabtei Tholey



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 19. Februar 2026,
Abfahrt in Bissen um 09h00

Wo | Où ?

Tholey (D)

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/-70€

Gemeinsam erkunden wir den markanten Hausberg des Saarlandes, der mit seiner beeindruckten Aussicht und seiner spannenden Geschichte ein echtes Highlight der Region ist. Während der Führung erfahren wir Interessantes über die Entstehung des Schaumbergs, seine Bedeutung für die Umgebung und die vielfältige Natur, die ihn umgibt. Nach einem leckeren Mittagessen in der urigen Schaumberg-Alm, besuchen wir die Benediktinerabtei St. Mauritius Tholey, das älteste Kloster Deutschlands. Dort erhalten wir Einblicke in das klösterliche Leben, die beeindruckende Architektur und die moderne Gestaltung der Abteikirche mit ihren berühmten Fenstern von Gerhard Richter.

Journée Escape Game – Deux univers, un défi !



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 25. Februar 2026,
Abfahrt in Bissen um 13h00

Wo | Où ?

Trier (D)

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 55€

Préparez-vous à vivre une aventure hors du commun à Trier : deux escape rooms inédites vous attendent pour une journée pleine de suspense et d'adrénaline ! Orient Express : embarquez à bord d'un train mythique où des meurtres ont été commis... Saurez-vous élucider le mystère avant la fin du voyage ? Chaque seconde compte pour éviter de devenir la prochaine victime, dans une ambiance steampunk palpitante ! Alice au Pays des Merveilles : suivez le lapin blanc et plongez dans un univers fantastique où rien n'est ce qu'il paraît. Entre énigmes déjantées et personnages étranges, seul votre esprit d'équipe vous ramènera à la réalité. Deux mondes, un seul objectif : réussir avant qu'il ne soit trop tard. Êtes-vous prêts à relever le défi ?



Saint-Gobin : site industriel



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 26. Februar 2026,
Abfahrt in Bissen um 07h00

Wo | Où ?

Pont-a-Mousson (F)

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 75€

Pilier de l'industrie du métal en Lorraine, Saint-Gobain PAM incarne une part essentielle du patrimoine industriel de Pont-à-Mousson. Le site de production de Pont-à-Mousson est un témoin vivant de la révolution industrielle qui a transformé la région au XIX^e siècle. Pendant la visite guidée, vous pourrez découvrir ce site exceptionnel. Le circuit vous fera découvrir les hauts-fourneaux, la centrifugation des tuyaux et les impressionnants fours toujours en mouvement.

Revivez la Bataille des Ardennes aux côtés d'un historien passionné



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 27. Februar 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 08h15

Wo | Où ?

Louvain-La-Neuve (B)

Wer | Qui ?

Chloé

Preis | Prix ?

+/- 65€

Vivez une journée exceptionnelle en compagnie de Christian Dujardin, historien local, conseiller scientifique au Bastogne War Museum et auteur reconnu pour ses ouvrages sur la Bataille des Ardennes.

Le matin, découvrez le Bastogne War Museum, récemment rénové, et plongez dans l'hiver 1944 à travers une scénographie immersive retraçant la résistance héroïque des troupes alliées.

L'après-midi, direction la Bastogne Barracks, ancien quartier général de la 101e division aéroportée, pour une visite exclusive des halls dédiés à la guerre mécanisée et aux véhicules d'époque.

Une expérience unique, entre mémoire, histoire et émotions.



Plongez au cœur de la mine Walert !



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 04. März 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 13h30

Wo | Où ?

Rumelange

Wer | Qui ?

Chloé

Preis | Prix ?

+/- 30€

Partez pour une aventure souterraine unique à plus de 80 mètres de profondeur ! Accompagnés d'un guide passionné, découvrez les anciennes galeries de la mine Walert et revivez plus d'un siècle d'histoire minière. Montez à bord du train minier, explorez près d'un kilomètre de galeries, touchez les machines d'époque et imaginez le quotidien des mineurs d'autrefois.

Une expérience immersive, authentique et pleine d'anecdotes qui vous fera remonter le temps au rythme du fer et du travail des hommes.

Visite du musée du tabac de la Semois



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 05. März 2026,
Abfahrt in Bissen um 08h00

Wo | Où ?

Corbion (B)

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 60€

Dans le village de Corbion, au cœur de la vallée de la Semois, découvrez un lieu plein d'authenticité. Partez pour un voyage dans le monde du tabac, depuis ses origines jusqu'à l'histoire du tabac Semois. Visitez un atelier-musée original qui présente un ancien métier : la transformation du tabac Semois. Vous verrez les différentes étapes du travail, avec des machines de 1900 encore en fonctionnement. Vous pourrez regarder l'artisan travailler et découvrir de nombreux objets qui racontent l'histoire du tabac à travers le temps et les habitudes des gens. La visite se termine par une vidéo qui montre tout le parcours du tabac, de la graine jusqu'à la pipe. Ensuite, nous ferons une jolie balade au bord de la Semois, à la rencontre des vieux séchoirs à tabac.

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.
Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Musée Automobile & Musée d'Histoire



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 13. März 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 09h00

Wo | Où ?

Diekirch

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 60€

Mit Unterstützung der Stadt Diekirch und des luxemburgischen Staates wurde das historische Gebäude, das einst die Wagner-Fabrik beherbergte, restauriert und als Denkmal klassifiziert. 2004 öffnete das Museum seine Türen und bewahrt seitdem ein wertvolles Stück luxemburgischer Geschichte. Die Familie Meris-Wagner, die ehemalige Besitzerin der „Fabrique de voitures Jean Wagner“, spielte eine zentrale Rolle bei der Verwirklichung dieser Vision.



Le Jardin d'Hiver – Une parenthèse tropicale au cœur de Metz



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 11. März 2026,
Abfahrt in Bissen um 08h00

Wo | Où ?

Metz (F)

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 70€

Laissez-vous transporter dans un monde de verdure et d'exotisme au Jardin d'Hiver du jardin botanique de Metz. Entièrement restaurée par les Espaces Verts de la Ville, cette serre majestueuse vous invite à une balade sensorielle au milieu de plantes tropicales, équatoriales et méridionales.

Accompagnés d'un guide passionné, vous découvrirez les secrets de cette oasis végétale, où chaque allée révèle une nouvelle merveille botanique. Une visite idéale pour s'évader, apprendre et s'émerveiller, que vous soyez amateur de nature, curieux ou simplement en quête d'un moment de détente.

Tintin, l'art et la ville : une exploration à Louvain-la-Neuve



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 18. März 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 07h15

Wo | Où ?

Louvain-La-Neuve (B)

Wer | Qui ?

Chloé

Preis | Prix ?

+/- 75€

Plongez au cœur d'une ville où l'art s'invite à chaque coin de rue ! Le matin, partez à la découverte des œuvres d'art qui habillent Louvain-la-Neuve : sculptures, fresques, installations et créations urbaines racontent l'histoire d'une cité où l'art et la vie quotidienne ne font qu'un. Du Street Art coloré aux sculptures emblématiques, chaque détour réserve une surprise visuelle et un symbole caché.

L'après-midi, nous poursuivrons notre immersion culturelle au Musée Hergé, dédié au célèbre créateur de Tintin. L'occasion de revivre les aventures du reporter à la houppette, d'en apprendre plus sur son auteur, et de plonger dans l'univers graphique unique qui a marqué des générations.

Une journée pour ouvrir les yeux, nourrir sa curiosité et redécouvrir l'art sous toutes ses formes.

Ostermarkt in St Wendel



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 20. März 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 09h00

Wo | Où ?

St Wendel (D)

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 30€

Wie jedes Jahr öffnet der Ostermarkt in St Wendel seine Tore und begeistert mit einer bunten Mischung aus Tradition, Kreativität und Unterhaltung – ein unvergessliches Erlebnis für die ganze Familie!

Er hat sich zu einem Magneten für Besucher aus Nah und Fern entwickelt. Die Vielfalt des Marktes, zieht jährlich mehr als 90.000 Gäste an, die sich auf 4 Tage verteilen. Diese zeigten sich begeistert von dem unterhaltsamen Rahmenprogramm inmitten der bunt geschmückten historischen Altstadt.



Besuch des Flippermuseums in Wittlich



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 25. März 2026,
Abfahrt in Lorentzweiler um 12h30

Wo | Où ?

Wittlich (D)

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 30€

Der Flipper-Verein Pinball Party e.V. aus Wittlich hat es sich zur Aufgabe gemacht, noch vorhandene Flippergeräte zu restaurieren und zu erhalten. Mit viel Hingabe und Liebe zum Detail ist daraus ein Flippermuseum entstanden, das gerne auch Besuchern seine Pforten öffnet. Dies sind Flipperfreunde, die ihr Hobby nicht allein im Keller ausüben wollen, sondern auch Spaß daran haben in den sportlichen Wettbewerb miteinander zu treten.

Wir besuchen das Flippermuseum in Wittlich, wo wir während einer Führung einen kleinen Einblick in die Geschichte und Entwicklung der Flipper geben können. durch das Museum erhalten, hier sind etwa 75 Flipperautomaten vor Ort, an denen Sie nach der Führung freispielen können.

Musée de la photographie à Charleroi



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 26. März 2026,
Abfahrt in Bissen um 07h00

Wo | Où ?

Charleroi (B)

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 80€

Le musée de la Photographie, Centre d'art contemporain de la Fédération Wallonie-Bruxelles à Charleroi, a été inauguré en 1987 dans un ancien carmel. Il est aujourd'hui le plus vaste et un des plus importants musées de la photographie en Europe (6 000 m²), avec une collection de 100 000 photographies dont plus de 800 en exposition permanente et la conservation de 1,5 millions de négatifs. Après la visite, le musée organise pour notre groupe un atelier pour apprendre à faire un tirage pro à partir de négatifs et d'un agrandisseur photo.



Osterdeko Fadenei



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 19. März 2026
und am Donnerstag, den 26. März 2026

Wo | Où ?

In unserem Büro in Lorentzweiler
von 09h15 – ca. 11h15

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

Materialkosten

Mit nur 3 Materialien stellen wir eine tolle eigene Osterdeko her. Ein Luftballon, Faden und Kleister. Der Luftballon wird mit einem Faden umwickelt eingekleistert und am Ende können wir das Innere des Eies toll dekorieren. Ob kleine Osterhasen, Lichterkette unsere Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Da der Kleister trocknen muss, werden wir diese Basterei an zwei Tagen machen.

Maastricht



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 27. März 2026,,
Abfahrt in Lorentzweiler um 06h30

Wo | Où ?

Maastricht (N)

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.

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.
Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

It's Tea Time



Wann | Quand ?

Thursday, 05th February 2026

Thursday, 19th March 2026

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.

In autumn we will meet once in November and once in December. In December we will traditionally have a nice afternoon where everybody brings some typical Christmas food or drink.

The exact dates will be confirmed upon your inscription.



Buchclub Uelzechtdall



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 06. Januar 2026

Vergissmeinnicht (Guy Koenig)

Am Dienstag, den 03. Februar 2026

Kleine Dinge wie diese UND Das Dritte Licht
(Claire Keegan)

Am Dienstag, den 03. März 2026

Die zerbrechliche Zeit (Donatella di Pietrantonio)

Immer von 16h00 - 17h30

Wo | Où ?

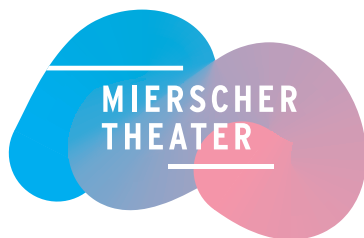
In unseren Räumlichkeiten, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Lydie Lamborelle

Spannende, aktuelle Romane, angeregte Gespräche. Wir treffen uns einmal im Monat, um uns über unsere Lektüre auszutauschen. Dabei ist es immer wieder interessant zu sehen, wie verschieden wir ein Buch erleben und unsere Buchbesprechungen regen zu neuem und tieferem Verständnis an. Die Diskussionen sind auf Luxemburgisch. Jeder Teilnehmer muss sich sein Buch selber besorgen.

Zusammenarbeit Mierscher Theater



Wir haben mit dem Mierscher Theater eine rege Zusammenarbeit begonnen. Das Theater ist mitten im Zentrum unseres Einzugsgebietes und somit bot dies sich ganz natürlich an. In dieser Ausgabe haben wir 4 verschiedene Aufführungen für Sie ausgesucht, die Sie bei uns im Club zu einem Vorzugspreis/Vorstellung buchen können! Die Auswahl ist so vielfältig wie es das ganze Programm des Theaters ist, und somit dürfte für viele von Ihnen etwas dabei sein.

www.mierschertheater.lu



250 JAHRE E.T.A. HOFFMANN

Zu Ehren des 250. Geburtstags des Schriftstellers E.T.A. Hoffmann entführen Sie zwei Konzerte in die romantisch-märchenhaften Welten des berühmten Autors – und Komponisten!
Zu beiden Konzerten bieten wir um 19:30 Uhr Konzerteinführungen an. Eine Zusammenarbeit mit dem Lëtzebuurger Germanistenverband.

MUSEK DER SANDMANN Duo Mader/Papandreopoulos, Fly Theatre



Wéini | Quand ?

Am Samstag, den 24. Januar 2026
um 20h00

Wou | Où ?

Mierscher Theater

Präiss | Prix ?

24 €

Die Texte von E.T.A. Hoffmann, der nicht nur Schriftsteller, sondern auch Komponist war, sind voller musikalischer Bilder und visueller Reize. Anregung für die Komponist:innen, neue Werke basierend auf der düsteren und unheimlichen Geschichtensammlung Nachtstücke – zu der auch der berühmte Der Sandmann gehört – zu schaffen.

Auf Grundlage dieser Musik kreiert der visuelle Künstler Robin Beer Projektionen in Echtzeit mit kleinen, aus Papier ausgeschnittenen Objekten, Zahnrädern oder seinen Händen. Auf die Bühne projiziert, erzeugen die Bilder ein Spiel von Licht und Schatten und interagieren mit Raum und Musikern.

„Das Theaterkonzert ‚Der Sandmann‘ [...] ist eine wunderbare Form voller Passion am kreativen Handwerk an den Grenzen zwischen den Genres.“ – Daniel Conrad, Luxemburger Wort.

MUSEK

FANTASIE

HARFENKLÄNGE UND ERZÄHLUNGEN NACH E.T.A. HOFFMANN

Kammerata Luxembourg, Neven Nöthig



Wéini | Quand ?

Am Samstag, den 07. Februar 2026

um 20h00

Wou | Où ?

Mierscher Theater

Präiss | Prix ?

24€

Ein Hauch des Fantastischen durchzieht diesen Konzertabend — Musik und Literatur verweben sich und die Harfe wird zur Erzählerin.

In André Caplets *Conte fantastique* wird Edgar Allan Poes Erzählung *Die Maske des Roten Todes* als musikalische Nacherzählung in Klang gefasst — von düsteren Harfentönen bis zu den unheilvollen zwölf Mitternachtsschlägen. Auch E. T. A. Hoffmann, Komponist und Meister der fantastischen Literatur, verbindet Wort und Musik: Sein *Harfenquintett* (1807) befreit sich vom klassischen Kanon und ist passagenweise seiner Zeit voraus. Jacques Ibert kontrastiert 1944 in seinem *Trio für Violine, Cello und Harfe* heiteren französischen Esprit mit den dunklen Schatten des Krieges. Markus Brönnimanns *El canto quiere ser luz* (2020) entfaltet ein mysteriös-abwechslungsreiches Klangspektrum, erfüllt von der Sehnsucht nach Licht.

Begleitende Texte – etwa von E. T. A. Hoffmann – verweben sich mit den musikalischen Werken und schlagen damit den Bogen zur fantastischen Literatur.

MUSEK

CHARLES IVES – 114 SONGS
EIN LEBEN FÜR DIE MUSIK
Franz Schilling & Claude Kraus



Wéini | Quand ?

Am Freitag, den 13. März 2026 um
20h00

Wou | Où ?

Mierscher Theater

Präiss | Prix ?

24€

Geschäftsmann bei Tag, Komponist bei Nacht: Charles Ives (1874-1954), äußerst wohlhabender amerikanischer Komponist im New York der 20er Jahre, war berüchtigt für seine Kompositionen, vom romantischen Lied über Mikrotonalität bis hin zur avant-gardistischen Sinfonie. Mittelpunkt des Konzerts sind die 114 Songs – eine 1922 veröffentlichte, selbstverlegte Liedersammlung, die vom Trinklied des beliebten Yale-Studenten, über romantische Kunstlieder bis hin zum politisch motivierten, dissonanten Protestlied Ives' gesamte Schaffensperiode umfasst und von einem außergewöhnlichen Leben zeugt.

Konzept: Claude Kraus, Franz Schilling

Klavier: Claude Kraus

Bariton: Franz Schilling

Querflöte: Sally Nickels

Violine: Ruben Dorneanu

LIEDER AUS DER KULISSE

ANNA SINGT SICH FREI. KATRIN MUSS BEGLEITEN.

Anna Marie Schneider, Katrin Reifenrath



Wéini | Quand ?

Am Donnerstag, den 26. März 2026
um 20h00

Wou | Où ?

Mierscher Theater

Präiss | Prix ?

24€

Ein Abend zwischen Lied und Theater.

Es wird gesungen, gespielt, gespottet, geflüstert. Lieder aus dem Theater, über das Theater, für das Theater – von Kurt Weill über Friedrich Hollaender bis zu Georg Kreisler. Von leise bis laut. Von melancholisch bis spitzzüngig.

Ein musikalisch-szenisches Programm, das von Figuren erzählt, die um Haltung ringen. Von Frauen mit scharfem Blick, brennenden Fragen und sehr eigenen Lebensentwürfen. Sie sind Geliebte, Giftmischerinnen, Bühnenwespen, Widersacherinnen – oft komisch, manchmal bitter, immer hellwach.

Zwischen Barhocker und Bühnenlicht entfaltet sich eine musikalische Reise durch Rollen, Refrains und kleine Dramen. Ein Abend, der das Theater an den Bartisch holt – mit Musik, Spiel und einem Getränk in Reichweite.

Direkt. Fein. Böse. Und nah.

Gesang trifft Spiel.

Und das Theater spielt mit.

Gesang, szenische Einrichtung & Konzept: Anna Marie Schneider

Klavier & Mitgestaltung: Katrin Reifenrath

OPER IN LÜTTICH - L'OPÉRA À LIÈGE



Wo | Où ?

Liège, Belgien

Preis | Prix ?

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

Auch für diese Saison 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.

Für folgende Oper können Sie sich auf die Warteliste einschreiben::

Die Fledermaus	Johann Strauss II	28/12/25
La dame au camélias (Ballet)		01/02/26
Pikovaïa Dama	Piotr Ilitch Tchaïkovski	01/03/26
Lucrezia Borgia	Gaetano Donizetti	12/04/26
Bartleby/La voix humaine	Benoît Mernier / Francis Poulenc	17/05/26
Otello	Giuseppe Verdi	21/06/26

JANUAR

Do	01	Nouvel An
Fr	02	Vacances de Noël
Sa	03	Vacances de Noël, Découvrez Carmina Burana
So	04	Vacances de Noël
Mo	05	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	06	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester, Buchclub
Mi	07	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht
Do	08	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining
Fr	09	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Spillowend
Sa	10	Poter- a Spillnometteg
So	11	
Mo	12	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	13	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	14	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht
Do	15	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, Editpress in Esch/Alzette
Fr	16	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, VTT
Sa	17	
So	18	Immer wieder Sonntags, Theaterstéck: "D'rise Katastroph bei der Télé"
Mo	19	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	20	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	21	Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht
Do	22	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, Musée du Computer
Fr	23	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Kaffisstuff, Spillowend, Musée Ferrum in Kayl

Sa	24	MT: Der Sandmann
So	25	Theaterstéck: "1 Millioun an 2 Affären"
Mo	26	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	27	Klengen Trëppeltour ganzen Dag, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	28	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht
Do	29	Autopédestre ganzen Dag, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, Devonium in Waxweiler
Fr	30	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Einkaufen, VTT
Sa	31	

FEBRUAR

So	01	Oper: La dame au camélias (Ballet)
Mo	02	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	03	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester, Buchclub, Besuch des Restaurants der Hotelschule EHTL
Mi	04	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht
Do	05	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, It's Tea Time
Fr	06	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Die Männer laden ein!
Sa	07	Poter- a Spillnometteg, MT: Fantasie
So	08	
Mo	09	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	10	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	11	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht, MNHM – Musée National d'Histoire Militaire
Do	12	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, Mondo del Caffè
Fr	13	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, VTT, Villeroy & Boch & Feinmechanisches Museum

Sa	14	
So	15	
Mo	16	Streckhexen
Di	17	Klengen Tröppeltour
Mi	18	Poterstonn, Nordic Walking Intensif
Do	19	Autopédestre, Streckhexen, Schaumberg und die Benediktinerabtei Tholey
Fr	20	Jogging, Nordic Walking, Kaffisstuff, Spillowend
Sa	21	
So	22	Immer wieder Sonntags
Mo	23	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	24	Klengen Tröppeltour ganzen Dag, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	25	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht, Journée Escape Game
Do	26	Autopédestre ganzen Dag, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, Saint-Gobin - site industriel
Fr	27	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Einkaufen, VTT, Revivez la Bataille des Ardennes
Sa	28	

MÄERZ

So	01	Oper: Pikovaïa Dama
Mo	02	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	03	Klengen Tröppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester, Buchclub
Mi	04	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht, La mine Walert
Do	05	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, Musée du tabac de la Semois
Fr	06	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Spillowend, Uelzechtdall Bléiser: Musek aus Filmer a Filmmusék
Sa	07	Poter- a Spillnometteg
So	08	

Mo	09	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	10	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	11	Frühjahrsbrunch, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht, Le Jardin d'Hiver
Do	12	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining
Fr	13	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, VTT, MT: Charles Ives - 114 Songs, Musée Automobile & d'Histoire
Sa	14	
So	15	
Mo	16	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	17	Klengen Trëppeltour, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	18	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht, Tintin - l'art et la ville
Do	19	Autopédestre, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, Osterdeko Fadenei, It's Tea Time
Fr	20	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Kaffisstuff, Spillowend, Ostermarkt in St Wendel
Sa	21	
So	22	Immer wieder Sonntags
Mo	23	Aquagym, Streckhexen, Yoga, Fit for Fun, Pilates, Sitzturnen Lintgen, Self Défense, Es wird wieder genäht, Zirkeltraining, Linedance, Innen-Pétanque, Aerobic
Di	24	Klengen Trëppeltour ganzen Dag, Badminton, TRX, Sport pour tous ZOOM, Fit mat Danzen, Blasorchester
Mi	25	Mëttesdësch, Poterstonn, Recabic, Pilates, Sitzturnen Bissen, Equilibre et prévention des chutes, Gym pour dames, Nordic Walking Intensif, Pickleball, Es wird wieder genäht, Flippermuseums in Wittlich
Do	26	Autopédestre ganzen Dag, Pickleball, Streckhexen, TRX, Uelzechtdall Chouer, Gedächtnistraining, MT: Lieder aus der Kulisser, Osterdeko Fadenei, Musée de la photographie
Fr	27	Aquagym, Jogging, Nordic Walking, Floor-Curling, Einkaufen, VTT, Maastricht
Sa	28	
So	29	
Mo	30	Streckhexen
Di	31	Klengen Trëppeltour

Aerobic : sich bei Musik und guter Laune sportlich betätigen
Aérobic : bouger en musique et dans la bonne humeur



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026,

Immer montags von 10h15-11h15 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Sporthalle, Lintgen

Wer | Qui ?

Chloé

Preis | Prix ?

30€ / Trimester

Aerobic macht Spass, besonders im Sommer im Freien. Zum Rhythmus der Musik wird Chloé mit ihnen zusammen Übungen machen und Cardio mit Ausdauer und Koordination kombinieren.

Venez découvrir notre cours d'aérobic, une activité physique rythmée et dansante sur de la musique entraînante ! Accessible à tous les niveaux, cette activité dynamique combine cardio, coordination et fun pour améliorer ta forme tout en t'amusant. Viens te défouler, brûler des calories et repartir avec le sourire !

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.
Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Jogging



Wann | Quand ?

Immer freitags von 09h00 bis 10h30

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

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. À 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 dem 05. Januar 2026, Immer montags und freitags von 16h00-17h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Schwimmbad Krounebiert, Mersch

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

125€ / 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 06. Januar 2026, Immer dienstags von 09h00-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

30€ / Trimester

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.

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.

Pickle Ball



Wann | Quand ?

Ab dem 07. Januar 2026,
Immer mittwochs und donnerstags
von 09h00-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

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.



Streckhexen



Wann | Quand ?

Immer montags und donnerstags von 14h30-16h30

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

D'Streckhexen aus dem Club Uelzechtdall invite'ieren all interesse'iert Hexen an normal Leit an hiert Hexenheis'chen op Luerentzweiler all Me'indes an Donneschdes Mettes vun 14:30 bis 16:30 Auer.

An enger flotter Ambiance, bei Kaffi a Kuch kennt Dir hei di neisten Wollen, Musteren a Modeller ausprobieren.

Dir kennt nett strecken ? Hutt eng Fro? Ee Problem? Schwengt Eech op Äre Biesem a kommt laanscht, ett ass emmer eng Hex do fir lech ze hellefen.

Yoga



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026,
immer montags von 16h30-18h00
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Centre Culturel, Helmdange

Wer | Qui ?

Laura Millington

Preis | Prix ?

55€ / Trimester

Yoga kennt kein Alter. Yogaübungen halten den Körper fit, erfrischen Geist und Seele und bewirken langfristig mehr Lebensqualität und innere Ausgeglichenheit. Aus diesem Grund ist Yoga für Menschen aller Altersgruppen geeignet. Yoga ist eine einfache Möglichkeit, die körperliche Fitness, Mobilität und Selbstständigkeit zu erhalten und zu verbessern.

Der Yogakurs beinhaltet eine Stunde Körperübungen (Asanas), einen Viertelstunde Atemübungen (Pranayama) und eine Viertelstunde körperlich-geistige Entspannung durch Relaxation mit Klangschalen und Meditation.

Le Yoga est une discipline adaptable à tous les âges et toutes les situations (douleurs chroniques, articulations...).

Ayant un réel effet apaisant et grandement bénéfique sur le corps et l'esprit, la pratique du Yoga consiste à enchaîner différentes postures (asanas), exercices de respiration (pranayama), relaxation par des bols tibétains et méditation

Fit for Fun



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026,
immer montags von 19h30-20h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Salle des Sports école primaire, Lintgen

Wer | Qui ?

Nickels Francine

Preis | Prix ?

45€ / Trimester

Dieser Kurs ist sehr aktiv und wird unter professioneller Leitung mit folgenden Schwerpunkten organisiert: Step mit Choreographie, Aerobic mit Musik, Entspannungsgymnastik, Theraband.

Cours très actif autour du step, bodyshape, aérobic, sous la surveillance d'un entraîneur professionnel et ouvert à tout âge !



Recabic



Wann | Quand ?

Ab dem 07. Januar 2026,
immer mittwochs von 10h00-11h00
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Centre Culturel, Helmdange

Wer | Qui ?

Origer Rina

Preis | Prix ?

70€ / Trimester

Nackenverspannungen, Spannungskopfschmerzen, Rückenschmerzen sowie Durchblutungsstörungen und Bewegungseinschränkungen (u.v.m.) können mit dem Gesundheitstraining Recabic verbessert werden. Sind Sie interessiert, dann schauen Sie mal vorbei! Der erste Kursus ist gratis.

Le Recabic est spécialement conçu pour pallier les problèmes de dos, les tensions musculaires et les maux qui s'en suivent. Venez assister à un premier cours gratuit.

PILATES – Gleichgewicht und Muskelstärkung



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026,
immer montags von 09h30-10h30 (Jacqueline)

Ab dem 07. Januar 2026,
immer mittwochs von 09h30-10h30 oder 10h45-11h45 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle Salle des Sports (Dojo 2), Lintgen

Wer | Qui ?

Thierry/Jacqueline

Preis | Prix ?

80 € / Trimester

Pilates ist eine Form von Sport bei der das Gleichgewicht und die Muskulatur des ganzen Körpers gezielt gestärkt werden. Pilates beruht auf 8 Prinzipien: Konzentration, Regelmäßigkeit, Präzision, Atmung, Zentrierung, fließende Bewegungen, spezifische Körperbewegung, Beherrschung der Bewegung. Ausgehend von diesen 8 Prinzipien werden spezielle Übungen erlernt, beginnend mit der Atmung und der Zentrierung des Körpers.

Die Objektive sind verschieden: Stärkung der Unterleibsmuskulatur, Körperhaltung. Gleichgewicht, Muskeltonus und Stressbewältigung sind einige davon! Die Resultate sind eine verbesserte Körperhaltung, weniger Schmerzen in Rücken und Gliedern, Prävention von Inkontinenzproblemen, u.a.

Pilates est une méthode de créer un équilibre corporel centré sur les régions de l'abdomen et du bassin. La posture est améliorée, les muscles sont raffermis et tonifiés et la souplesse est modifiée. L'équilibre et la conscience du corps sont améliorés. Venez essayer !

TRX « entraînement par suspension de poids de corps »



Wann | Quand ?

Débutant : Ab dem 06. Januar 2026 immer dienstags von 08h45-09h30

Intermédiaire : Ab dem 08. Januar 2026 immer donnerstags von 10h00-10h45

Avancé : Ab dem 08. Januar 2026 immer donnerstags von 09h00-09h45

(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Neue Sporthalle (Dojo 1), Lintgen

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

60€ / Trimester

Inventé par les forces spéciales américaines, TRX est un nouveau système d'entraînement par suspension accessible à tous, quel que soit votre âge et votre condition physique. Quel que soit votre niveau, vous obtiendrez des résultats rapides, une évolution constante sans risque de blessure en respectant votre rythme personnel. Le TRX est un fantastique moyen de fortifier son corps et d'affiner sa taille en un rien de temps. 20 à 30mn d'exercices suffisent pour booster votre métabolisme et dépenser des calories comme jamais, car tous les muscles profonds travaillent en permanence !

TRX ist ein neuer Trend im Sport. Den eigenen Körper nutzen um innere Muskeln zu stärken und aufzubauen, oder um Gewicht zu verlieren und den Körper zu straffen.

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.
Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Sitzturnen in Bissen und Lintgen



Wann | Quand ? / Wo | Où ?

Vereinshaus, Lintgen:

Ab dem 05. Januar 2026, immer montags
von 14h00-15h00 (außer Schulferien)

Nouvelle Hall des Sports, Bissen:

Ab dem 07. Januar 2026, immer mittwochs von
10h00-11h00 (außer Schulferien)

Wer | Qui ?

François Pizzimenti / Jessica

Preis | Prix ?

30€ / Trimester

Beim Sitzturnen sitzen wir in einem Kreis zusammen und machen verschiedene Übungen, die dem ganzen Körper und der Beweglichkeit zugutekommen, ebenso kommt der Spaß Faktor nicht zu kurz. Geeignet für Leute die Probleme haben länger zu gehen oder zu stehen.

La gymnastique assise reste très active mais s'adresse surtout à des personnes qui ont des problèmes de rester debout longtemps. Nous travaillons en cercle et ferons des exercices pour le bien être du corps entier.



Self défense



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026,
immer montags von 13h45-15h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports (Dojo 2), Lintgen

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

60€ / Trimester

Venez essayer avec nous le self défense. Cette activité est ouverte à tous les individus désireux d'apprendre à se défendre dans une situation de stress, face à un ou plusieurs adversaires. Avec comme enseignant un international du Jujitsu, ces cours seront accés sur des techniques d'auto défense. Au travers de cette connaissance, l'objectif est d'apporter à tous les pratiquants une confiance personnelle. Les cours auront comme but par exemple d'enseigner à atteindre les points vitaux du corps de l'agresseur.

Selbstverteidigung in Stresssituationen, bei einem Angriff ist nicht jedermanns Sache. In diesem Kurs erhalten Sie Tipps und Tricks wie Sie sich im Notfall verteidigen können.

Es wird wieder genäht!



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026,
immer montags von 14h00-16h30
und ab dem 07. Januar 2026,
immer mittwochs von 14h00-16h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Montag: Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler
Mittwoch: Klengen Sall beim Vereinsbau
Rollingen, Rollingen

Wer | Qui ?

Fabienne Streng

Preis | Prix ?

75€ / Trimester

Sie interessieren sich fürs Nähen und haben Lust Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen, dann sind sie bei mir an der richtigen Adresse. Egal ob mit oder ohne Vorkenntnisse, in meinen Nähkursen ist jeder willkommen. Nähen ist leicht zu erlernen und macht vor allem Spaß. Ein selbst genähtes Kleidungsstück ist ein Unikat, das genau auf Ihren Körper zu geschnitten ist. Sie sind interessiert, dann schnell Anmelden.

Wir bieten diesmal 2 Kurse pro Woche an: am Montag und am Mittwoch, in 2 verschiedenen Sälen.

Die maximale Teilnehmerschaft für diesen Kurs liegt bei 8 Personen.

Uelzechtdall-Chouer



Wann | Quand ?

Immer donnerstags,
Jeweils von 09h30-11h00 (außer Schulferien)

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.

Equilibre et prévention des chutes



Wann | Quand ?

Ab dem 07. Januar 2026,
immer mittwochs von 09h00-10h00
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle Hall des Sports, Bissen

Wer | Qui ?

François Pizzimenti

Preis | Prix ?

45€ / Trimester

Beim Gleichgewichtstraining werden Übungen durchgeführt, die das Gleichgewicht verbessern sollen. Der Unsicherheit in Alltagssituationen kann so entgegengewirkt werden und die Reaktionsfähigkeit des Körpers stärken.

Améliorer et surtout maîtriser son équilibre est aussi important qu'un corps musclé. Les exercices proposés améliorent l'équilibre et peuvent ainsi prévenir des chutes. Réaliser des exercices permet de renforcer les muscles et d'améliorer sa réactivité.



Zirkeltraining



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026, immer montags von 09h00
– 10h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Sporthalle, Lintgen

Wer | Qui ?

Chloé

Preis | Prix ?

20€ / Trimester

Das Zirkeltraining ist ein Workout für den gesamten Körper zur Verbesserung von Kraft und Ausdauer. Die Übungen werden zum Teil nur mit dem eigenen Körpergewicht oder auch unter Einsatz von verschiedenen Hilfsmitteln durchgeführt.

Das tolle daran ist, dass jeder im eigenen Tempo arbeiten kann und so das Training für alle geeignet ist.

Interaktives Gedächtnistraining



Wann | Quand ?

Ab dem 08. Januar 2026,
immer donnerstags von
09h00-10h00 oder 10h30-11h30 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Sall „Fautelfiels“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

35€ / Trimester

Sie wollen mental fit bleiben und dabei das Gedächtnis auf Trab halten?

Dann bietet dieser Kurs die Möglichkeit, sich geistig auszutoben und die kognitiven Fähigkeiten anzustreben, beziehungsweise beizubehalten. Wir bieten nicht nur logische, flexible und assoziative Denkübungen, sondern noch viel mehr Übungen und Ratespiele. In gemütlicher Atmosphäre und lustiger Gesellschaft kommen gemeinsames Knobeln, Nachdenken und Diskutieren zum Vorschein.



Gymnastique pour Dames



Wann | Quand ?

Ab dem 07. Januar 2026,
immer mittwochs von
19h30 bis 20h30 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Maison Relais Krounebieg, Mersch

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

100€ / Jahr

Tous les mercredis soir, un cours de fitness et de gymnastique pour dames. Pendant une heure vous travaillerez votre condition physique dans un groupe décontracté, mais qui ne perd pas ses objectifs de vue : entretenir sa forme musculaire et cardio. Un travail avec du matériel léger ou juste des exercices sans matériel où votre corps sera votre principal outil. Ce cours vous est réservé mesdames. Notre première motivation est de sourire et bien de s'amuser tout en travaillant.

Mit Nordic Walking in Form



Wann | Quand ?

Immer freitags von 09h00-10h30

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt /
Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

30€ / Trimester

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.



Nordic Walking Cours intensif



Wann | Quand ?

Immer mittwochs von 14h00-16h00

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt/

Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Thierry

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.

Pendant la saison hivernale, les lieux de balades seront dans les parcs et pistes vélo. Dès que la lumière nous le permettra nous irons dans les bois.

Fit mat Danzen



Wann | Quand ?

Ab dem 06. Januar 2026,
immer dienstags von 09h30-10h45
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Ecole de Musique, Reckange

Wer | Qui ?

Tamy Feller

Preis | Prix ?

100€ / Jahr (40€ Trimester)

Tanzen hält nicht nur den Körper fit sondern auch den Kopf und ist Balsam für die Seele. Einfache und kurze Choreographien werden gutgelaunt zusammen einstudiert – Folkloretänze, Kreistänze, Höfische Tänze, Square Dance, Linedance für jedermann/frau. Mit oder ohne Partner/in, einsteigen ist jederzeit möglich. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur gute Laune ist unbedingt mitzubringen.

La danse maintient non seulement le corps en forme, mais aussi la tête et est un baume pour l'âme.

Des chorégraphies simples et courtes sont répétées ensemble dans la bonne humeur - danses folkloriques, danses en cercle, danses de cour, Square dance, Linedance pour tous. Avec ou sans partenaire, l'adhésion est possible à tout moment. Une expérience préalable de la danse n'est pas nécessaire - il suffit d'apporter une bonne humeur.

Balade nature et sportive en E-Mountainbike



Wann | Quand ?

Am Freitag, 16. und 30. Januar 2026

Am Freitag, 13. und 27. Februar 2026

Am Freitag, 13. und 27. März 2026

Wo | Où ?

Wird Ihnen mitgeteilt

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

25€ / Trimester

Si vous êtes à la recherche d'un groupe pour vous accompagner dans vos sorties en vtt, je vous propose de vous joindre nous. Un vendredi sur deux, j'organise une sortie dans les régions de Lorentzweiler, Mersch et Walferdange. Les tours se font à 90 % dans les bois et les chemins naturels. Les parcours sont testés avant pour que l'on puisse rouler en toute sécurité. Les circuits ont une distance de 30 à 40 km maximum avec des dénivelés adaptés au vélo électriques et des parties un peu plus techniques.



Sport pour tous via ZOOM



Wann | Quand ?

Ab den 06. Januar 2026

immer dienstags von 10h30-11h30

(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Wird Ihnen mitgeteilt

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

25€ / Trimester

In diesem Zoom-Kurs kann jeder mitmachen der Lust hat, sich sportlich zu betätigen. Thierry und Clément zeigen Übungen die jeder in seinem eigenen Rhythmus mitmachen kann.

Dans ce cours, tout le monde peut participer à son propre rythme. L'important c'est de faire travailler son corps et de se sentir bien.

Linedance



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026, immer montags

Level 1 von 16h30-17h30 (außer Schulferien)

Level 2 von 17h30 – 18h30 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Danzsall an der Nouvelle Hall des Sports, Bissen

Wer | Qui ?

Tamy Feller

Preis | Prix ?

50€ / Trimester

Tanzen hält jung! Zu moderner Popmusik von gestern und heute, erleben Sie mit unserem Linedance-Kursus eine Kombination aus Spaß und Bewegung, ob Sie Tanzerfahrung haben oder nicht.

In Level 1 für Anfänger werden die Grundschrirte erlernt, und in Level 2 für Fortgeschrittene werden langsam komplexere Choreographien erarbeitet.

In freundlicher und motivierender Atmosphäre wird nicht nur ihr Körper gestärkt, sondern auch neue Freundschaften geknüpft.

Restez jeune en dansant ! Sur de la musique pop moderne d'hier et d'aujourd'hui vivez une expérience captivante mêlant amusement et mouvement avec notre cours de danse en ligne, que vous ayez déjà de l'expérience en danse ou non.

Le niveau 1 pour les débutants qui apprendront les pas de base en s'amusant, et

le niveau 2 pour les initiés des chorégraphies plus complexes sont lentement élaborées.

Dans notre atmosphère conviviale et motivante, vous renforcerez non seulement votre corps, mais vous vous ferez aussi de nouvelles amitiés.

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.

Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Fit am Alter



Wann | Quand ?

Sobald das Wetter es erlaubt

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. Es wird eine sanfte Form des Nordic Walking angestrebt, damit auch jeder der am Sitzturnen teilnimmt, hier mithalten kann.

Nicole vous propose de l'accompagner dans le parc de Mersch pour des petites balades renforcées.



Blasorchester Uelzechtdall

Orchestre à vent Uelzechtdall



Wann | Quand ?

Ab dem 06. Januar 2026,
immer dienstags von 09h30-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Musiksaal, Helmdange

Wer | Qui ?

Josy

Wir haben einen hauseigenen Chor, und jetzt haben wir auch ein Bläserensemble. Spielen sie ein Blasinstrument? Haben sie Lust zusammen zu musizieren? Dann melden sie sich an. Wir proben im Prinzip immer Montags von 9h30-11h00 im Musiksaal in Helmdange.

Vous jouez d'un instrument à vent? Vous avez envie de créer des œuvres en groupe ? Alors inscrivez-vous et faites partie des musiciens de notre orchestre à vent.

Nous nous retrouvons en principe le lundi matin de 9h30 à 11h00 à la salle de musique de Helmdange.

!!! Bitte unbedingt anmelden, und auch mitteilen welches Instrument Sie spielen!!!

!!! Il est important de s'inscrire et de préciser quel instrument vous jouez !!!

Floor-Curling



Wann | Quand ?

Ab dem 09. Januar 2026, immer Freitags
von 09h30-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Wird Ihnen bei der Anmeldung mitgeteilt

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

30€ / Trimester

Curling, dieser Sport auf dem Eis wo man zusammen spielt und einer wirft, während der andere das Eis glattbürstet, kennen sie. Floor-Curling ist direkt von dieser Sportart abgeleitet, spielt sich aber nicht auf dem Eis und es muss auch nicht gebürstet werden. Haben wir ihr Interesse geweckt? Dann melden sie sich zu einem Schnupperkurs an um es einmal auszuprobieren. Das Tolle an Floor-Curling ist, dass jeder es spielen kann. Man kann es sogar im Sitzen spielen!

Vous cherchez une activité ludique, douce et conviviale ? Adapté à tous, et particulièrement aux seniors, ce jeu s'inspire du curling sur glace, mais se pratique en intérieur, sans glissade, sans contact et en toute sécurité.

Pas besoin d'être sportif ou d'avoir de l'expérience : chacun joue à son rythme, dans la bonne humeur! Le Floor Curling favorise la coordination et la concentration, il est doux pour vos articulations et sans risque. Venez découvrir ce sport original qui allie plaisir et stratégie, dans une ambiance détendue.

Remise en forme



Wann | Quand ?

Nach Termin

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

Einführung gratis, 85€ / 10 Einheiten

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.

Halten Sie Ihren Körper fit oder verbessern Sie Ihre Kondition indem Sie bei uns an verschiedenen Apparaten (Fahrrad, Laufband, Revaline) ein Programm zusammengestellt bekommen.

De Kurs ist auf 10 Einheiten begrenzt und ist dazu gedacht Sie wieder fit zu machen um an einem unserer Kollektivkurse teilzunehmen.

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

Wer | Qui ?

Josy / Joe

Preis | Prix ?

35€ / 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 !

Innen-Pétanque



Wann | Quand ?

Ab dem 05. Januar 2026,
immer montags von 14h00-16h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Hall Sportif Centre Filano, Larochette

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

20€ / Trimester

Pétanque macht Spaß, aber man kann es nur im Sommer spielen, wenn man keine extra Halle hat. Ein zweites Problem ist das Gewicht und die Härte der Kugeln, wodurch einige Personen irgendwann nicht mehr spielen können, da es schmerzt.

Beim Innen-Pétanque benutzen wir spezielle Kugeln aus Kunststoff die etwas leichter sind, sehr gut in der Hand liegen und mit denen jeder spielen kann. Und das Beste ist, dass man mit diesen Kugeln einfach überall im Innenbereich spielen kann. Auf Holz, auf Fliesen, auf Linoleum usw.

Wir werden vor Oktober auch noch ein Video vorbereiten damit sie sich das Ganze besser vorstellen können.

„Klengen Trëppeltour“



Wann | Quand ?

Immer dienstags von 14h00-17h00

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf / oder auf www.cud.lu

Wer | Qui ?

Thierry

Unsere gemütliche Wandergruppe legt nicht mehr so lange Strecken zurück, wie der Autopédestre am Donnerstag. Wir machen kleine Wandertouren von +/- 7 km, 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 !

Klengen Trëppeltour Ganzer Tag



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 27. Januar 2026

Am Dienstag, den 24. Februar 2026

Am Dienstag, den 24. März 2026

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Thierry

Une fois par mois, nous allons marcher toute la journée avec une pause à midi pour manger tous ensemble au restaurant. Le matin nous marchons +/- 5 à 6 Km et après le repas encore +/- 4km. Si vous ne désirez pas faire toute la journée, il est possible de combiner cette sortie avec une balade le matin plus le restaurant ou la promenade de l'après-midi avec le restaurant.

!!! Attention. Pour pouvoir organiser et réserver le restaurant, il est impératif que vous vous inscrivez une semaine à l'avance !!!



Autopédestre



Wann | Quand ?

Immer donnerstags von 14h00-18h00

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf / oder auf www.cud.lu

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 29. Januar 2026

Am Donnerstag, den 26. Februar 2026

Am Donnerstag, den 26. März 2026

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 !

!!! Attention. Pour pouvoir organiser et réserver le restaurant, il est impératif que vous vous inscrivez une semaine à l'avance !!!

UNSER LAUFENDES PROGRAMM:

Poterstonn Lorentzweiler



Wann | Quand ?

Immer mittwochs, von 14h30 - 17h30

Wo | Où ?

Sall „Fautelfiels“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Nadine

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-midis 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.

Wir sind vom 20.12.2025 bis zum 04.01.2026 geschlossen.
Nous sommes fermés du 20.12.2025 jusqu'au 04.01.2026.

Spillowend Lorentzweiler



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 09. und 23. Januar 2026

Am Freitag, den 20. Februar 2026

Am Freitag, den 06. und 20. März 2026

Von 19h00 - 23h00

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.



Kaffisstuff in Heffingen



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 23. Januar 2026

Am Freitag, den 20. Februar 2026

Am Freitag, den 20. März 2026

Von 14h30 – 17h30

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 30. Januar 2026

Am Freitag, den 27. Februar 2026

Am Freitag, den 27. März 2026

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 18. Januar 2026 (Theater Biereng)

Am Sonntag, den 22. Februar 2026

Am Sonntag, den 22. März 2026

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 hingeh!t

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 10. Januar 2026

Am Samstag, den 07. Februar 2026

Am Samstag, den 07. März 2026

Von 14h30 – 17h30

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 | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Monique Bauer / Guy Schiltz

Preis | Prix ?

17€ 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.

07/01/26	Fëschpaschtéit Fritten an Zalot
14/01/26	Wäinzoosis mat Moschterzooss
21/01/26	Kee Mëttesdësch
28/01/26	Hierken
04/02/26	Lasagne an Zalot
11/02/26	Gekachte Rennflesch mat Muerten a Gromperen
18/02/26	Kee Mëttesdësch
25/02/26	de Josy an de Joe kachen
04/03/26	Rouladen, roud Kabbes a Nuddelen
11/03/26	Kee Mëttesdësch (Frühjarsbrunch)
18/03/26	Kasseler mat Kabes
25/03/26	Mignon a Pfefferzooss, Krokette a Geméis

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@cud.lu](mailto:direktioun@ cud.lu)



Joe

Sekretariat

Tél. 26 33 64-1

E-mail: [sekretariat@cud.lu](mailto:sekretariat@ cud.lu)



Luca

Sekretariat

Tél. 26 33 64-1

E-mail: [sekretariat@cud.lu](mailto:sekretariat@ cud.lu)



Thierry

Animation

Tél. 26 33 64-27

E-mail: [thierry@cud.lu](mailto:thierry@ cud.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



Chloé

Animation

Tél. 26 33 64-25

E-mail: chloe@ cud.lu

Öffnungszeiten Sekretariat:

Montag-Donnerstag

09h00-12h00 & 14h00-16h00

Freitag

09h00-12h00







**SIE HELFEN EINEM EHEPARTNER, ELTERNTEIL,
EINEM KIND, EINEM FREUND ODER EINEM NACHBARN?**

**VOUS AIDEZ UN CONJOINT, UN PARENT,
UN ENFANT, UN AMI OU UN VOISIN ?**



**Der Dienst Aidants bietet Ihnen/
Le service Aidants vous propose :**



**UNTERSTÜTZUNG
SOUTIEN**



**INFORMATIONSANGEBOT
OFFRE D'INFORMATION**



**SCHULUNGEN
FORMATIONS**



**WORKSHOPS UND TREFFEN
ATELIERS ET RENCONTRES**



**info@aidant.lu
2755-3078**



eine Initiative von



All Day aus e guiden Day

PRINTED IN
LUXEMBOURG



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, des Solidarités,
du Vivre ensemble et de l'Accueil



MIXTE
Papier | Pour une gestion
forestière responsable
FSC® C179465

myclimate
Notre impact. Durable
Imprimerie

myclimate.org/01-24-328655

