



Summer am Dall 2024

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







Paul Bach
Präsident



Josy Holcher
Direktor

Sommer, Urlaub, Sonnenschein

Die Zeit vergeht wie im Fluge. Eben war noch Frühling, wenn auch ein nasser, und schon ist es Sommer. Wer Sommer sagt, sagt Urlaubszeit. Bei uns im Club ist das nicht anders. Unser Personal gönnst sich die eine oder andere Woche frei. Was aber nicht heißen will, dass im Club über den Sommer nichts läuft. Im Gegenteil: wir unternehmen Ausflüge, tun etwas für unseren Körper und unsere Seele, entdecken neue Sachen und kommen fröhlich zusammen um zu feiern.

Eine kleine Änderung gibt es doch. Da wir nicht immer garantieren können, dass unser Büro besetzt ist, sind die Öffnungszeiten vom Sekretariat über den Sommer geändert. Sie erreichen uns telefonisch dann nur morgens. Und wenn sie vorbei kommen wollen, ist es auch besser sich vorher anzumelden.

Das gesamte Team hat sich wieder Mühe gegeben, um verschiedene Ausflüge und Kurse vorzubereiten, bei denen, so hoffen wir, für jeden etwas dabei ist. Nehmen sie sich Zeit und lesen sie die Broschüre gut durch, damit sie auch nichts verpassen was ihnen gefallen könnte.

Auf jeden Fall wünschen wir ihnen angenehme Sommertage, einen schönen Urlaub falls sie verreisen sollten, und hoffen wie immer sie bei der einen oder anderen unserer Aktivitäten begegnen zu können.

Und denken sie auch daran, vielleicht den einen oder anderen Nachbarn, Freund, Bekannten anzusprechen, falls diese Person noch nicht bei uns im Club war, oder sich über den Sommer langweilt. Manchmal braucht es einen kleinen Anstoß um an unserem Programm teilzunehmen.

Wir freuen uns auf jeden Fall auf jeden von ihnen, und wünschen viel Spaß beim Lesen der nächsten Seiten.

Alles neu macht der Mai	3
INFOS :	
Wo steige ich eigentlich in den Bus?	6
Chèque cadeau à offrir	7
Carnet d'adresses	8
HIGHLIGHTS :	
Spontane Aktivitäten und Ausflüge!	9
Bogenschiessen: Spass und Herausfordurung für jedermann!	10
Hinter den Kulissen von Mercedes Benz Trucks in Wörth	11
Exposition Féerie florale et visite de l'abbaye d'Herkenrode	11
Blasorchester Uelzechtdall	12
Summerfest in Schoos	13
Wandern a Grillen zu Mamer op der Drëps	13
AUSFLÜGE EXCURSIONS :	
Liège : Exposition Monet immersive	14
Besuch des Resistenzmuseums und der Menschenrechte in Esch/Alzette	15
Le château d'Haroué	15
Flugausstellung L.+P. Junior und Feuerwehr-Erlebnis-Museum Hermeskeil	16
Monde Sauvage Safari Park	17
Voyage Théâtral et Gourmand à Nancy	18
Escape Room ! (Outdoor Version)	19
Trotti-Lux - Tours mat der elektrescher Trottinette	19
Stand Up Paddling	20
LuxTram!	21
Délices Glacés & Château de Bioul	21
Odyseum: Exposition Ramses II und das Gold der Pharaonen (Köln)	22
Den Stausee im Kanu erkunden	23
Abbaye de Maredsous	23
"Péckvillchen"	24
Die Grotten von Han und der Tierpark	25
Kloster Machern mit Schiffsahrt nach Traben-Trarbach	26
Observatoire du Monde des Plantes	26
Besuch der CGDIS in Redange/Attert	27
„Eist Drénkwaasser – vun der Natur an de Krunn“	28
Maastricht	29
It's Tea Time	29
Zusammenarbeit Mierscher Kulturhaus :	
CONCERT: Dialogs in Space	31
AUSSTELLUNG: September 1944	32
SPEKTAKEL: Oper in Lüttich	33
KOLLEKTIVKURSE COURS COLLECTIFS :	
Jogging	34
Aquagym in Mersch	34
Badminton	35
Pickle Ball	35

Stricken ist inn!	36
Yoga	36
Fit for Fun	37
Recabic	37
PILATES - Gleichgewicht und Muskeltraining	38
TRX entraînement par suspension de poids de corps	39
Sitzturnen in Bissen und Lintgen	40
Self défense	40
Es wird wieder genährt	41
Uelzechtdall-Chouer	41
Equilibre et prévention des chutes	42
Zirkeltraining	42
Interaktives Gedächtnistraining	43
Gymnastique pour Dames	43
Nordic Walking Cours intensif	44
Fit mat Danzen	45
Balade nature et sportive en E-Mountainbike	45
Sport pour tous via ZOOM	46
Linedance	47
Outdoor TRX class	48
Fit am Alter	48
PRIVATKURSE COURS PRIVÉS :	
Remise en forme	49
Sprechstunde	50
Computer / Internet	50
FREIZEITAKTIVITÄTEN LOISIRS :	
Rad fahren	51
Pétanque in Lorentzweiler	51
"Klengen Treppeltour"	52
"Klengen Treppeltour" Ganzer Tag	52
Autopédestre	53
Autopédestre ganzer Tag	53
Mit Nordic Walking in Form	54
UNSER LAUFENDES PROGRAMM :	
Poterstonn Lorentzweiler	55
Spillwend Lorentzweiler	56
Kaffisstuff in Heffingen	56
Einkaufen	57
Immer wieder Sonntags...	58
Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler	58
Mëttedesdësch	59
DATENSCHUTZBESTIMMUNGEN CLUB UELZECHTDALL	60
POLITIQUE DE CONFIDENTIALITÉ DU CLUB UELZECHTDALL	61
DAS TEAM UELZECHTDALL	62

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 encontre selon nos possibilités ! Demandez plus de renseignements à l'inscription.



Chèque cadeau à offrir



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 cadeau par 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.



Carnet d'adresses

Commune de Bissen

Nouvelle Hall des Sports

- ZAC Klengbousbierg | L-7795 Bissen

Commune de Nommern

Paschtoueschhaff

- 5, rue des Chapelles | L-7421 Cruchten

Commune de Helperknapp

Veräinsbau an der KOLL

- Am Eck, L-7416 Brouch
- 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 Krounebierg

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

Maison Relais Krounebierg

- 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



HIGHLIGHTS:

Für alle Ausflüge können Sie sich erst ab dem 17. Juni anmelden!
Pour toutes les excursions, les inscriptions sont possibles à partir du 17 juin !



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 bei Esch 2023 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 !



Bogenschießen: Spaß und Herausfordurung für jedermann!

Tir à l'arc



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 18. Juli 2024,
Abfahrt um 13h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Beaufort

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 55€

Konzentration und Körperspannung sind der Schlüssel zum Erfolg beim Bogenschießen. Wir starten spielerisch mit einfachen Übungen rund um Pfeil und Bogen. Ziele setzen! Selbstvertrauen und Körperspannung erfordern von allen Teilnehmenden aktive Mitarbeit und bilden den Schlüssel des individuellen Erfolges. Am Ende kann ein Spaßturnier für die ganze Gruppe stehen.

Que vous soyez un débutant curieux ou un archer expérimenté en quête d'une approche nouvelle, le tir à l'arc instinctif vous promet des heures de plaisir et de découverte. Sur un terrain situé à proximité immédiate de l'auberge de jeunesse, la concentration et la tension corporelle sont les clés du succès au tir à l'arc. Nous commençons de manière ludique avec des exercices simples autour de l'arc et des flèches. Il faut se fixer des objectifs ! La confiance en soi et la tension du corps exigent une coopération active de tous les participants et sont la clé de la réussite individuelle. À la fin de la journée, un tournoi amusant pour tout le groupe peut être organisé.

Hinter den Kulissen von Mercedes Benz Trucks in Wörth



Wann | Quand ?

Am Montag, den 16. September 2024,
Abfahrt 08h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Wörth, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 90 € (inkl. Transport, Führung, Essen)

Hat es sie schon immer interessiert, wie ein Lkw entsteht? Wir gehen auf Entdeckungstour und blicken hinter die Kulissen eines der größten LKW-Werke. Wir erleben von den einzelnen Rohbauteilen bis zum fertigen Lkw die Faszination der Entstehung eines Mercedes-Benz-Lkw. Wir sehen in dieser Führung wie die Baureihen Actros, Arocs, und Atego in einer sehr komplexen und modernen Fließfertigung montiert werden.



Exposition Féerie florale et visite de l'abbaye d'Herkenrode



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 27. September 2024,
Abfahrt um 08h00 (Lorentweiler)

Wo | Où ?

Hasselt, Belgien

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 65€

Le château d'Alden Biesen, dans le Limbourg sera plongé dans le spectacle floral « Féerie Florale ». La « Féerie Florale » est placée sous le signe de la décoration et de l'expérience. Des créations de designers et stylistes floraux du pays et de l'étranger. Laissez-vous séduire par une expérience unique et inoubliable. Ensuite nous changerons d'ambiance en visitant l'abbaye d'Herkenrode. À deux pas de Hasselt se trouve l'Abbaye d'Herkenrode, un lieu et un patrimoine monumental extraordinaire dans un écrin de verdure d'une centaine d'hectares. Ce site patrimonial a été magnifiquement rénové et se compose d'imposants bâtiments, d'un jardin de plantes et d'inspirations, et d'un centre interactif passionnant.

Blasorchester Uelzechtdall Orchestre à vent Uelzechtdall



Wann | Quand ?

Montags, von 09h30-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Musiksaal Helmdange, 142 route de Luxembourg

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 !!!

Summerfest in Schoos



Wann | Quand ?

Am Mittwoch den 31. Juli 2024 um 11h00

Wo | Où ?

Verainsthaus Schous

Preis | Prix ?

35€

Wir freuen uns alle auf unser Summerfest. 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.



Wanderen a Grillen zu Mamer op der Drëps



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 29. August 2024 ab 09h00

Wo | Où ?

Op der Drëps, Mamer

Preis | Prix ?

20€

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 Mamer op der Drëps, 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 op der Drëps, wo unsere Grillmeister Ihnen ein köstliches Essen zubereitet 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 différentes longueurs (5, 7 et 10 km). Le départ et l'arrivée sont à Mamer op der Drëps. Et à votre arrivée, le barbecue et la détente vous attendent. Et après, à vous de voir si vous êtes partant pour une deuxième balade !

AUSFLÜGE | EXCURSIONS :

Für alle Ausflüge können Sie sich erst ab dem 17. Juni anmelden!
Pour toutes les excursions, les inscriptions sont possibles à partir du 17 juin !

Liège : Exposition Monet immersive



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 04. Juli 2024,
Abfahrt um 8h30 (Mersch)

Wo | Où ?

Liège, Belgien

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 65€

Je vous invite à Liège pour plonger dans une exposition consacrée à Monet. Peintre impressionniste, ses tableaux s'adaptent très bien à cette exposition numérique immersive. Vous serez au cœur des tableaux dans cette espace de 1800 m². Attention, ce n'est pas une visite guidée mais une immersion individuelle dans la peinture impressionniste. Le petit plus, nous irons en train à Liège et ensuite nous prendrons la navette fluviale pour arriver au lieu d'exposition. Ensuite nous en profiterons pour faire une petite balade dans Liège.



Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten,...) ändern vom **01. August bis zum 16. September inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **09h00 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 01 août au 16 septembre inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **09h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.

Besuch des Resistenzmuseums und der Menschenrechte in Esch/Alzette



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 09. Juli 2024,
Abfahrt um 13h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Esch/Alzette

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 20€

Max 25 Personen

Machen Sie mit uns eine Besichtigung des Resistenz Museums in Esch/Alzette, die Führung dauert etwa 1 ½ Stunden.

Die permanente Ausstellung behandelt eine Unmenge an Themen rund um den 2. Weltkrieg, unter anderem das Leben unter der Diktatur und der Unterdrückung, die Reaktionen der Bevölkerung, die nazistischen Strukturen, die Konzentrationslager und vieles mehr.

Eine Präsentation der Menschenrechte und der Resistenz vervollständigt die Ausstellung. Zusätzlich gibt es eine regelmäßige, zeitlich begrenzte Ausstellung.

Seit 2011 veröffentlicht das Museum auch schriftliche Artikel bezüglich der Ausstellungen.

Le château d'Haroué



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 11. Juli 2024,
Abfahrt um 07h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Haroué, Frankreich

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 70€

Le château des Beauvau-Craon, dit château d'Haroué ou palais d'Haroué, est un château du 18^e siècle situé dans une petite vallée au centre du village français d'Haroué, au sud de Nancy. Il a été construit entre 1720 et 1729 pour Marc de Beauvau-Craon, connétable de Lorraine puis vice-roi de Toscane. Le mobilier et les différentes décos sont magnifiques et son parc allié à la fois un jardin à la française et un autre à l'anglaise. Un beau château enfin accessible au public depuis 2021. Nous en profiterons aussi d'être dans la région, pour visiter la Maison de la Mirabelle, visite guidée, film et dégustation des différents produits à base de mirabelle (alcool, confiture, cosmétique...).

Flugausstellung L.+P. Junior und Feuerwehr-Erlebnis-Museum Hermeskeil



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 12 Juli 2024,
Abfahrt um 08h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Hermeskeil, Deutschland

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 55€

Sie interessieren sich für Flugzeuge wie die VC 10 aus Abu Dhabi, die Mil Mi 6 aus Russland, die Saab Viggen aus Schweden, die Ju 52, den Tornado oder die Super Constellation der Lufthansa? Dann sind Sie bei dieser Visite genau richtig.

Die Flugausstellung bei Hermeskeil ist ein Familienunternehmen, das 1973 gegründet wurde und seitdem ständig ergänzt und erweitert wird. Auf dem 76.000 qm großen Außengelände und in vier Hallen mit einer Gesamtfläche von 3.600 qm finden Sie über 100 originale Flugzeuge, 60 Flugmotoren, reichlich flugtechnische Informationen und Details aus allen entwicklungstechnischen Epochen der Luftfahrt.

Im Feuerwehrmuseum erlebt man die Entwicklung der Feuerbekämpfung. Von primitiven Methoden bis zu modernen Löschtechnologien zeigt es den Wandel im Umgang mit dem Element Feuer. Historische Ausrüstung und interaktive Displays verdeutlichen die Fortschritte und den Mut der Feuerwehrleute von damals und heute. Eine Hommage an die Menschheit, die das Feuer gezähmt hat.

Êtes-vous intéressé par des avions tels que le VC 10 d'Abu Dhabi, le Mil Mi 6 de Russie, le Saab Viggen de Suède, le Ju 52, le Tornado ou le Super Constellation de Lufthansa.

L'exposition de vol à Hermeskeil a un espace extérieur de 76000 mètres carrés et quatre halls de 3600 mètres carrés au total. Vous y trouverez plus de 100 avions originaux.

Le musée des pompiers de Rhénanie-Palatinat, est conçu comme une exposition interactive sur le thème des pompiers et des services d'incendie, situé dans le centre-ville d'Hermeskeil.



Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten,...) ändern vom **01. August bis zum 16. September inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **09h00 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 **01 août au 16 septembre inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **09h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.*

Monde Sauvage Safari Park



Wann | Quand ?

Am Montag, den 22. Juli 2024,
Abfahrt 08h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Aywaille, Belgien

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

Gruppenpreis Erwachsene: 17€,
Kinder 13€ (+ Transportkosten)

Der Monde Sauvage Safari-Park, nur wenige Kilometer von Lüttich entfernt, nimmt uns mit auf eine Entdeckungsreise zu zahlreichen Tierarten aus verschiedenen Ländern. In einem wunderschönen, 85 Hektar großen, bewaldeten Anwesen im Herzen der Ardennen können wir auch mit einem Zug auf Erlebnistour zu einer echten afrikanischen Safari mit Giraffen, Elefanten, Nashörnern, Flusspferden, Zebras und vielen anderen Tierarten gehen, die in diesem natürlichen Umfeld in Halb-Freiheit leben. In den südamerikanischen Gefilden des Parks erleben wir unter anderem Vögel, die Insel der Affen und Lemuren. Auch die Raubtiergehege, die Bären und das Papageienspektakel sowie die Shows der Seelöwen und Greifvögel sollten wir auf keinen Fall verpassen. Nehmen sie gerne zu diesem Ausflug ihre Enkelkinder mit, es sind ja Ferien.

Voyage Théâtral et Gourmand à Nancy : Histoires, Célébrités et Délices



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 24. Juli 2024,
Abfahrt um 06h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Nancy, Frankreich

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 95€

Une visite théâtralisée et humoristique au cœur de Nancy, afin de redonner paroles aux célébrités d'antan, qui vous raconteront les plus belles histoires sur la ville. Si les pierres pouvaient parler, que nous diraient-elles ? Et si mieux encore, les lorrains d'autrefois nous apparaissaient pour rétablir leur vérité ? Laissez-vous emporter dans les tourments de l'histoire régionale par Romain, guide-conférencier et Catherine guide conteuse facétieuse. Ils vous feront vivre des moments forts au cœur de la Cour de Nancy. Au programme nous vous proposerons également un parcours gourmand pour visiter Nancy à travers sa gastronomie et ses spécialités culinaires. Avec cinq artisans de la ville, cette visite conviviale, organisée pour notre groupe, vous permettra de découvrir l'histoire des spécialités inventées à Nancy, et des maisons qui perpétuent leur tradition. Un circuit 100% gourmand & sucré, incluant 6 dégustations !

Escape Room ! (Outdoor Version)



Wann | Quand ?

Am Montag, den 29. Juli 2024,
Abfahrt um 14h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Luxemburg

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 50€

Le cercueil contenant la relique la plus importante du Luxembourg, "Golden Scale" de Melusina, a été volé. Partez pour une course poursuite sauvage à travers la ville sur les talons des criminels pour trouver l'endroit où les auteurs ont caché la relique. Votre groupe, composé de 5 à 9 membres, se transformera en chasseurs de trésors avec une mission à remplir dans les 2 heures, ou risquer le trésor étant perdu pour toujours! Grâce à une application de jeu en réalité augmentée, vous embarquerez pour un voyage à travers la ville de Luxembourg, rassemblant des indices énigmatiques et décoding les secrets pour dévoiler l'emplacement caché du trésor, dissimulé par les voleurs responsables du braquage. Votre intuition, votre intelligence et votre persévérance seront mises à l'épreuve.



Trotti-Lux - Tours mat der elektrescher Trottinette



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 01. August 2024,
Abfahrt um 13h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Beaufort

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 60€

Mit Offroad-Elektrorollern durchqueren Sie hügelige Landschaften, überraschende Felsformationen, die die Region Müllerthal charakterisieren, die oft als Luxemburgs kleine Schweiz bezeichnet wird. Robust, aber komfortabel, leise und umweltfreundliche Roller eignen sich perfekt für Fahrten außerhalb von Landschaftsstraßen.

Maintenant que les beaux jours sont de retour, c'est le moment de prendre l'air. Et pour changer des vélos traditionnels, on vous propose de découvrir des visites guidées en trottinettes 100% électrique. Venez-vous aérer l'esprit et traverser d'une manière insolite, la magnifique région du Müllerthal et de Beaufort en particulier. Accessible à tous, c'est l'activité plein air à tester sans tarder!

Stand Up Paddling



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 02. August 2024,
Abfahrt um 13h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Lultzhausen

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 60€

Das Stand Up Paddling (SUP), auch Stehpaddeln genannt, ist eine Wassersportart, bei der der Sportler aufrecht auf einer Art Surfboard steht und mit einem Stechpaddel paddelt. Der Sportler steht nach Möglichkeit aufrecht, auf den Knien oder liegend auf dem Surfboard und paddelt mit einem Stechpaddel, ähnlich wie beim Kanufahren. Dabei wird die Seite, auf der gepaddelt wird, regelmäßig gewechselt.

Le Stand-Up-Paddling est un sport nautique de plus en plus populaire qui peut être apprécié par des personnes de tous âges et de tous niveaux. Un sport de glisse nautique où le pratiquant est debout sur une planche plus longue qu'une planche de surf classique, se propulsant à l'aide d'une pagaie. Une activité pleine de sensations et d'amusement ! Le participant peut manœuvrer la planche en se tenant couché, agenouillé ou debout. Une activité qui favorise un sentiment d'équilibre et de tranquillité. Le Stand-Up-Paddling offre des moments de joie à tout le monde. Après l'initiation, on pourra effectuer une belle promenade ou organiser des jeux originaux.

LuxTram!



Wann | Quand ?

Am Montag, den 05. August 2024,
Abfahrt um 13h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Luxemburg

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

Transportkosten

Geführte Besichtigung der Luxtram in Kirchberg. Fahrt mit der Tram zum neuen „Tramsschapp“ welcher aus drei Gebäuden besteht: der Abstellhalle, den Instandhaltungswerkstätten und dem Verwaltungsgebäude.

Visite guidée autour du Tram. Trajet en tram jusqu'au nouveau «Tramsschapp» qui est composé de trois bâtiments : le remisage, les ateliers de maintenance et le bâtiment administratif.



Délices Glacés & Château de Bioul



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 07. August 2024,
Abfahrt um 06h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Bioul, Belgien

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 90€

Une journée avec une touche de gourmandise, qui allie richesses historiques, plaisirs gustatifs et savoir-faire belge, pour une expérience inoubliable. Au programme, nous irons visiter en matinée le château de Bioul. Niché au cœur d'un domaine viticole audacieux, le Château de Bioul nous ouvrira ses portes pour une visite guidée exclusive. Vous traverserez l'histoire de ce patrimoine unique, découvrirez son vignoble et percevrez les secrets de fabrication de ses précieux vins belges nés d'une passion familiale.

En après-midi visite du glacier Les Lutins à Anthée. Sacré Meilleur artisan glacier de Belgique, Denis Kairet vous accueille dans son atelier, pour vous présenter les étapes de fabrication de ses glaces artisanales. Nous clôturerons en beauté avec une dégustation.

Odyseum: Exposition Ramses II und das Gold der Pharaonen (Köln)



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 08. August 2024,
Abfahrt um 07h30 (Bissen)

Wo | Où ?

Köln, Deutschland

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 70€

Ramses II & das Gold der Pharaonen ist ein einzigartiges Museumserlebnis, das ihnen einen faszinierenden Einblick in das Leben und die Errungenschaften des legendären Pharaos Ramses II gibt.

Erleben sie eine der größten Sammlungen von Original-Artefakten, die Jahrtausende überdauert haben, darunter Tiermumien, prächtige Schmuckstücke, beeindruckende königlichen Masken, exquisite Amulette und reich verzierte goldene Grabschätze.

Das Highlight der Ausstellung ist der Original-Zedernholz Sarg von Ramses II. Ein Meisterwerk der Handwerkskunst und ein Symbol für die Macht und den Reichtum des alten Ägyptens. Nach der Besichtigung und dem Essen, haben sie noch Zeit um Köln zu erkunden!

Ramsès II et l'or des pharaons est une expérience muséale multi-sensorielle qui vous donne un aperçu fascinant de la vie et des réalisations du légendaire pharaon Ramsès II.

Accompagné d'un guide, vous découvrez l'une des plus grandes collections d'objets ayant survécu depuis des millénaires, notamment des momies d'animaux, de magnifiques bijoux, des masques royaux impressionnantes, des amulettes exquises et des trésors funéraires dorés ornés.

Le point culminant de l'exposition est le sarcophage de Ramsès II, chef-d'œuvre de l'artisanat et symbole de la puissance et de la richesse de l'Égypte ancienne. L'après-midi, après le restaurant, vous aurez encore du temps libre pour vous balader en ville.



Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten,...) ändern vom **01. August bis zum 16. September inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **09h00 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 **01 août au 16 septembre inclus**. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de **09h00 à 12h00**. Merci pour votre compréhension.*

Den Stausee im Kanu erkunden



Wann | Quand ?

Am Montag, den 12. August 2024,
Abfahrt um 08h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Lultzhausen

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 120€

Frei nach dem Prinzip: "Alle sitzen in einem Boot" paddeln wir im Kanu über die Sauer. Wir bekommen eine fachgerechte Einführung im Umgang mit dem Kanu, und dann entfliehen wir dem stressigen und oft lärmenden Alltag und lassen uns über das Wasser treiben und geniessen die Umgebung.

En canoë, nous allons savourer la paix et la nature autour du barrage de la Haute Sûre. Un moniteur sportif agréé nous accompagnera pour nous instruire.



Abbaye de Maredsous :

Microbrasserie et Petit Musée de la fromagerie



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 16. August 2024,
Abfahrt um 08h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Maredsous, Belgien

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 70€

Monastère fondé au dix-neuvième siècle, Maredsous dépend d'un passé bien plus lointain. Plus que millénaire, en réalité. Nous allons le retracer ici sommairement. Vous saurez mieux dans quelle tradition nous nous situons, vous percevrez mieux notre caractère propre d'aujourd'hui.

Nous découvrirons la microbrasserie et l'houblonnière nouvellement plantée, ensuite nous visiterons le "Petit Musée de la fromagerie" où nous découvrirons les secrets de l'affinage du célèbre fromage. Le tout se terminera par une dégustation des différentes bières accompagnées de fromage.

"Péckvillchen"



Wann | Quand ?

Am Montag, den 26. August 2024,
Abfahrt um 09:00 (Lorenztweiler)

Wo | Où ?

Nospelt

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

+/- 40€

Wieso immer einen « Péckvillchen » kaufen, wenn man die Möglichkeit bekommt, einen selbst herzustellen? In Nospelt, beim Aulebäcker werden wir, nach einer kurzen Einführung, selbst zum Hersteller unseres eigenen Singvogels. Ein Unikat für jeden.

En collaboration avec le potier de Nospelt, vous pourrez créer de vos mains un joli « Péckvillchen » en terre cuite. Après une courte démonstration du potier, vous pouvez vous-mêmes mettre la main à la pâte et confectionner un « Péckvillchen », ce fameux sifflet en terre cuite en forme d'oiseau.

Die Grotten von Han und der Tierpark

Les Grottes de Han et le Parc Animalier



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 30. August 2024,
Abfahrt um 08h30 (Bissen)

Wo | Où ?

Han-sur-Lesse, Belgien

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 60€

Eine hundert Jahre alte Straßenbahn bringt Sie zum Eingang einer der schönsten Tropfsteinhöhlen Europas. Dank der neuen Beleuchtung erscheinen die Säle noch beeindruckender und noch bezaubernder. Vom gigantischen Kuppelsaal bis zum Saal der Draperien (Vorhänge) mit den magischen Spiegelbildern erleben Sie eine unvergessliche Reise durch die Zeit.

Zu Fuß oder im Safari-Bus erleben Sie nachmittags den Wildpark. Auf einer Zeitreise entdecken Sie Tierarten, die in unserer Region leben oder lebten. Alle Tiere leben hier in ihrer natürlichen Umgebung. Der Wildtierpark ist der einzige in Belgien, der die europäischen "Big Five" besitzt: Wolf, Bär, Luchs, europäisches Bison und Vielfraß.

Un tram centenaire vous emmène à l'entrée d'une des plus belles grottes d'Europe. Sous un tout nouvel éclairage, les salles se révèlent de plus en plus impressionnantes, de plus en plus envoûtantes. De la gigantesque salle du Dôme à la salle des Draperies aux reflets magiques, vous vivez le plus inoubliable des voyages dans le temps.

L'après-midi, à pied ou en Safari-car, aventurez-vous dans le parc animalier. Vivez un voyage à travers le temps en découvrant de multiples espèces vivant ou ayant vécu dans nos régions. Tous ces animaux évoluent dans leur milieu naturel. Le Parc est le seul en Belgique à accueillir les « Big Five » européens : le loup, l'ours, le lynx, le bison d'Europe et le glouton.

Kloster Machern mit Schiffsfahrt nach Traben-Trarbach



Wann | Quand ?

Am Montag, den 2. September 2024,
Abfahrt 08h30 (Bissen)

Wo | Où ?

Bernkastel-Kues, Deutschland

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 70€

Umgeben von Weinbergen an der Mittelmosel direkt gegenüber dem Weinort Zeltingen, unweit von Bernkastel-Kues, liegt in idyllischer Lage das ehemalige Zisterzienserinnenkloster Machern. Während einer Gästeführung werden wir geschichtliches, interessantes und amüsantes über das ehemalige Zisterzienserinnenkloster erfahren. Wir werden den Außenbereich und die Kapelle erleben und entdecken.

Nach einem guten Mittagessen im Brauhaus werden wir noch eine Schiffsfahrt nach Traben-Trarbach machen.



Observatoire du Monde des Plantes : Musée de l'abeille



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 06. September 2024,
Abfahrt um 07h45 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Lüttich, Belgien

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 60€

Das Pflanzenobservatorium gehört zu der Universität Lüttich. Es liegt ausserhalb der Stadt auf dem Campus von Sart Tilman. Es gibt hier auf 2300m² verschiedenste Gewächshäuser, wie zum Beispiel das Tropenhaus oder das Wüstenhaus.

L'Observatoire du Monde des Plantes est un site de l'université de Liège créé en 1996 situé dans le domaine universitaire du Sart Tilman. Il s'agit de complexe de serres de 2 300 m² divisé en plusieurs parties : une serre tempérée, une serre à climat méditerranéen, une serre tropicale et une serre de climat désertique.

Besuch der CGDIS in Redange/Attert



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 17. September 2024,
Abfahrt um 14h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Redingen

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

Transportkosten

Besuchen Sie mit uns das Zentrum der Sicherheitsdienste (sowohl für Personenschutz wie auch für Feuer- und Rettungsdienst) in Redingen. Die Sicherheit wird gewährleistet sowohl von professionellen wie auch von freiwilligen Mitarbeitern, die jeweils in Zentren arbeiten, diese sind so aufgeteilt, dass das ganze Territorium Luxemburgs abgedeckt ist.

Der Besuch ist in 3 Etappen aufgeteilt, zuerst besichtigen wir die Kaserne von innen, wo uns der Tagesablauf der Feuerwehr erklärt wird, danach werden wir außen eine Rettungsübung verfolgen, wo ein Auto zerschnitten wird, um eine eingeklemmte Person zu bergen. Die 3. Gruppe nimmt an einem kurzen 1. Hilfe Kurs teil, die jeweiligen Arbeitsgruppen dauern immer so um die 30-40 Minuten und dazwischen machen wir jeweils eine kleine Pause. Gegen 17h30 ist das Programm zu Ende und wir machen uns auf den Heimweg.

„Eist Drénkwaasser – vun der Natur an de Krunn“, Besuch des neuen Standortes der SEBES in Eschdorf



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 20. September 2024,
Abfahrt um 14h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Eschdorf

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 15€ je nach Teilnehmer

Max. 25 Personen pro Grupp,

2 Gruppen gläichzäiteg méiglech.

Da die Reserven des Grundwassers in Luxemburg begrenzt sind, brauchen wir einen Zusatz um die Grundversorgung mit Wasser zu garantieren, dies passiert in dem neuen Gebäude in Eschdorf.

Das Wasser des Stausees wird in 7 Etappen in der Station in Eschdorf behandelt und somit zu wertvollem Trinkwasser.

Von hier wird es über das Reservebecken über 190 km zu den Gemeinden der Sebes verteilt.

Der thematische Rundweg der permanenten Besichtigung wurde vom Umweltministerium finanziert mit dem Ziel, die Bevölkerung für den Wert des Trinkwassers zu sensibilisieren. Er beinhaltet 48 Stationen, verbindet Informationen, Filme, audiovisuelle und artistische Installationen.

Die Ausstellung ist aufgebaut in Form einer großen Wand, die einer großen Welle ähnelt. Diese erlaubt es, die Besichtigung mit zusätzlichen verständlichen Kommentaren zu unterstreichen.

Die Ausstellung dürfte alle ansprechen, die sich für das Thema des Wassers interessieren.

Gegen 16h00 ist das Programm zu Ende und wir machen uns auf den Heimweg.

Maastricht



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 27. September 2024,
Abfahrt um 06h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Maastricht, Niederlande

Wer | Qui ?

Denise Kips / Nadine

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 schoppen 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



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 Luxemburgish and English-speaking people. 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!

Nächste Daten/Next dates:

Tuesday, 23rd of July 2024

Tuesday, 27th of August 2024

Tuesday, 24th of September 2024



Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten,...) ändern vom **01. August bis zum 16. September inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **09h00 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 01 août au 16 septembre inclus. Pendant cette période, le bureau sera ouvert de 09h00 à 12h00. Merci pour votre compréhension.

Zusammenarbeit Mierscher Kulturhaus

Mierscher Kulturhaus

Wir haben mit dem Mierscher Kulturhaus eine rege Zusammenarbeit begonnen. Das Kulturhaus ist mitten im Zentrum unseres Einzugsgebietes und somit bot dies sich ganz natürlich an.

In dieser Ausgabe haben wir 2 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 Kulturhauses ist, und somit dürfte für viele von Ihnen etwas dabei sein.

www.kulturhaus.lu



CONCERT

Dialogs in Space – Scarlatti & Purcell revisited Luxembourg Saxophone Ensemble, Hy-Khang Dang, Mierscher Kulturhaus Laboratoire musical



Wéini | Quand ?

Am Freitag, den 21. Juni 2024,
um 18h30

Wou | Où ?

Mierscher Kulturhaus

Präiss | Prix ?

24€

Le Luxembourg Saxophone Ensemble fait augmenter la sonorité de son instrument en le faisant voyager à travers l'espace ou en le transformant avec les moyens de la musique électroacoustique. En associant des instruments de musique baroque avec le saxophone ainsi que des œuvres baroques aux songs des Beatles, l'ensemble réinvente le concert ordinaire. L'expérimentation s'inscrit ainsi au cœur du projet artistique du Luxembourg Saxophone Ensemble. Tout en recherchant à relever les éléments les plus expressifs de la musique ancienne, le groupe souhaite d'autant plus à faire troubler la perception musicale afin de parvenir à un résultat inouï et sans précédent.

Luxembourg Saxophone Ensemble

Direction artistique : Hy-Khang Dang

Soprano : Leana Sealy, Nadine Diedenhofen, Catrin Fellerich

Alto : Nadine Kaufmann, Anaïs Lorentz, Joëlle Wiseler

Ténor : Hy-Huu Dang, Gregory Ney, William Upton

Baryton : François Breger, Lisa D'Harcour

Basse : Ulric Berg

Clavecin: Robert Kania

Théorbe: Manou Schreiner

Contrebasse: Max Serra

Œuvres de Purcell, Scarlatti, Avison, Berio et Beatles

Production : Mierscher Kulturhaus, Luxembourg Saxophone Ensemble

AUSSTELLUNG - Endlech fräi!

September 1944
Geschichtsfrënn vun der Gemeng Miersch asbl



Wéini | Quand ?

Von Donnerstag den 05. September 2024 bis Freitag den 14. Februar 2025

Wou | Où ?

Mierscher Kulturhaus

Präiss | Prix ?

Fräien Entrée

Am Mee 1940 gëtt Miersch vun däitschen Wehrmachtstruppe besaas. Wéi sech 3 Méint méi spéit eng Zivilverwaltung hei am Land breet mecht, iwwerschemmt déi dat ganzt Land mat Verbüeter a mat Veruerdnungen. Déi éischt Resistenzorganisatiounen gi gegrënnt a leenen sech géint den Okkupant op. Wéi de Gauleiter 1942 d'Zwangskräfteierung verkënnegt,

kënnt et zum Streik, dee grouss Deeler vum Land erfaasst. Doropshinn kënnt et zu Verhaftungen an enger Massenerschéissung am SS-Sonderlager zu Hinzert (D). Ënnert den Affer sinn och zwee Mierscher. D'Lëtzebuerger Jugend gëtt an den Reichsarbeitsdienst gezwongen. Duerno mussen d'Jongen un d'Front an d'Meedercher mussen an den Kriegshilfsdienst. Anerer tauchen énner. Am Februar 1944 kënnt et nees zu Hinzert zu enger Massenerschéissung, bei där e weidere Mierscher higericht gëtt. Véier Méint drop landen déi Alliéiert an der Normandie. An 11 Woche méi spéit, den 10. September 1944 marschéieren amerikanesch Truppen zu Miersch eran. Miersch ass "Endlech fräi!".

E Kaderprogramm mat Konferenze gëtt méi spéit publizéiert op www.kulturhaus.lu

SPEKTAKEL

Oper in Lüttich L'opéra à Liège



Präiss | 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 haben wir noch Plätze frei:

La Traviata	Giuseppe Verdi	15. September 2024
Kat'a Kabanova	Leos Janacek	20. Oktober 2024
Giselle (Ballett)	Adolphe Adam	17. November 2024
La Périchole	Jacques Offenbach	22. Dezember 2024
Tristan und Isolde	Richard Wagner	02. Februar 2025
Guillaume Tell	Gioachino Rossini	16. März 2025
Werther	Jules Massenet	13. April 2025
Don Pasquale	Gaetano Donizetti	25. Mai 2025
Le Nozze di Figaro	W. A. Mozart	22. Juni 2025

JULI

Mo	01	Rad fahren, Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Linedance, Fit am Alter, Blasorchester Uelzechtdall, Pilates
Di	02	Klengen Treppeltour, Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Fit mat Danzen, Yoga, Badminton, TRX, Spillwend Lorentzweiler, Recabic Bissen
Mi	03	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange, Pétanque
Do	04	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtdall-Chouer, TRX, Stricken ist inn, Pickle Ball, Liège: Exposition Monet immersive
Fr	05	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, VTT
Sa	06	
So	07	
Mo	08	Rad fahren, Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Linedance, Fit am Alter, Blasorchester Uelzechtdall, Pilates, Gemütliche Reise
Di	09	Klengen Treppeltour, Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Fit mat Danzen, Yoga, Badminton, TRX, Recabic Bissen, Besuch des Resistenzmuseums und der Menschenrechte in Esch/Alzette, Gemütliche Reise
Mi	10	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange, Pétanque, Gemütliche Reise
Do	11	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtdall-Chouer, TRX, Stricken ist inn, Pickle Ball, Le château d'Haroué, Gemütliche Reise
Fr	12	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, Feuerwehr-Erlebnis-Museum und Flugausstellung Hermeskeil, Gemütliche Reise
Sa	13	Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler
So	14	
Mo	15	Rad fahren, Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Linedance, Fit am Alter, Blasorchester Uelzechtdall, Pilates

Di	16	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Spillowend Lorentzweiler, Outdoor TRX class
Mi	17	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque
Do	18	Autopédestre, Stricken ist inn, Outdoor TRX class, Bogenschießen/Tir à l'arc: Spaß und Herausfordurung für jedermann
Fr	19	Nordic Walking normal, Jogging, Kaffisstuff, VTT
Sa	20	
So	21	Immer wieder Sonntags...
Mo	22	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Monde Sauvage Safari Park
Di	23	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Outdoor TRX class, It's Tea Time
Mi	24	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque, Voyage Théâtral et Gourmand à Nancy
Do	25	Autopédestre ganzer Tag, Stricken ist inn, Outdoor TRX class
Fr	26	Nordic Walking normal, Jogging, Einkaufen
Sa	27	
So	28	
Mo	29	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Escape Room
Di	30	Klengen Treppeltour ganzer Tag, Nordic Walking débutant, Spillowend Lorentzweiler, Outdoor TRX class
Mi	31	Summerfest in Schoos, Nordic Walking intensif, Pétanque

AUGUST

Do	01	Autopédestre, Stricken ist inn, Outdoor TRX class, Trott-Lux - Tours mat der elektrescher Trottinette
Fr	02	Nordic Walking normal, Jogging, VTT, Stand Up Paddling
Sa	03	
So	04	
Mo	05	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, LuxTram
Di	06	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Outdoor TRX class
Mi	07	Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque, Délices Glacés & Château de Bioul
Do	08	Autopédestre, Stricken ist inn, Outdoor TRX class, Odyseum: Exposition Ramses II und das Gold der Pharaonen
Fr	09	Nordic Walking normal, Jogging

Sa	10	Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler
So	11	
Mo	12	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Den Stausee im Kanu erkunden
Di	13	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Spillowend Lorentzweiler, Outdoor TRX class
Mi	14	Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque
Do	15	Assomption
Fr	16	Nordic Walking normal, Jogging, VTT, Abbaye de Maredsous
Sa	17	
So	18	Immer wieder Sonntags...
Mo	19	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter
Di	20	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Outdoor TRX class
Mi	21	Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque
Do	22	Autopédestre, Stricken ist inn, Outdoor TRX class
Fr	23	Nordic Walking normal, Jogging, Kaffisstuff
Sa	24	
So	25	
Mo	26	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Péckvillchen
Di	27	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Spillowend Lorentzweiler, Outdoor TRX class, It's Tea Time
Mi	28	Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque
Do	29	Wanderen a Grillen zu Mamer op der Drëps, Stricken ist inn, Outdoor TRX class
Fr	30	Nordic Walking normal, Jogging, VTT, Die Grotten von Han und der Tierpark
Sa	31	

SEPTEMBER

So	01	
Mo	02	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Kloster Machern mit Schiffsahrt nach Traben-Trarbach
Di	03	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Outdoor TRX class
Mi	04	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque
Do	05	Autopédestre, Stricken ist inn, Outdoor TRX class, AUSSTELLUNG: Endlech fräi!
Fr	06	Nordic Walking normal, Jogging, Observatoire du Monde des Plantes

Sa	07	
So	08	
Mo	09	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter
Di	10	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Spillowend Lorentzweiler, Outdoor TRX class
Mi	11	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque
Do	12	Autopédestre, Stricken ist inn, Outdoor TRX class
Fr	13	Nordic Walking normal, Jogging, Kaffisstuff, VTT
Sa	14	
So	15	Opéra: La Traviata
Mo	16	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Aquagym, Hinter den Kulissen von Mercedes Benz Trucks in Wörth, Wanderwakanz
Di	17	Klengen Treppeltour, Nordic Walking débutant, Outdoor TRX class, Besuch der CGDIS in Redange/Attert, Wanderwakanz
Mi	18	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque, Wanderwakanz
Do	19	Autopédestre, Stricken ist inn, Outdoor TRX class, Wanderwakanz
Fr	20	Nordic Walking normal, Jogging, Aquagym, Eist Drénkwaasser-vun der Natur an de Krunn, Wanderwakanz
Sa	21	
So	22	Immer wieder Sonntags...
Mo	23	Rad fahren, Stricken ist inn, Fit am Alter, Aquagym
Di	24	Klengen Treppeltour ganzer Tag, Nordic Walking débutant, Spillowend Lorentzweiler, Outdoor TRX class, It's Tea Time
Mi	25	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pétanque
Do	26	Autopédestre ganzer Tag, Stricken ist inn, Outdoor TRX class
Fr	27	Nordic Walking normal, Jogging, Aquagym, Einkaufen, Maastricht, Exposition Féerie florale et visite de l'abbaye d'Herkenrode
Sa	28	Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler
So	29	
Mo	30	Rad fahren, Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Linedance, Fit am Alter, Blasorchester Uelzechtdall, Pilates

KOLLEKTIVKURSE | COURS COLLECTIFS :

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. 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 16. September 2024,

Immer montags und freitags von 16h15-17h15
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Schwimmbad Krounebierg, 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 01. Oktober 2024,
Immer dienstags von 09h00-11h00

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

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 disposition.



Pickle Ball



Wann | Quand ?

Ab dem 03. Oktober 2024,
Immer donnerstags von 09h00-11h00

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.

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!

Yoga



Wann | Quand ?

Ab dem 30. September 2024, immer montags
von 16h30-18h00 ([außer Schulferien](#))
Oder ab dem 01. Oktober 2024, immer dienstags
von 12h45-14h15 ([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 échainer différentes postures (asanas), exercices de respiration (pranayama), relaxation par des bols tibétains et méditation.

Fit for Fun



Wann | Quand ?

Ab dem 30. September 2024,
Immer montags von 19h30-20h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Salle des Sports école primaire, Lintgen

Wer | Qui ?

Francine Nickels

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



Wo und Wann | Quand et où?

Ab dem 02. Oktober 2024, immer mittwochs von 10h00-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Centre Culturel, Helmdange

Wer | Qui ?

Rina Origer

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 30. September 2024, immer montags
von 09h30-10h30 (außer Schulferien)

Ab dem 02. Oktober 2024, immer mittwochs
von 09h30-10h30 oder 10h45-11h45 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle Salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

Thierry

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 01. Oktober 2024,
immer dienstags von 08h45-09h30
- Intermédiaire :** Ab dem 03. Oktober 2024,
immer donnerstags von 09h00-09h45
- Avancé :** Ab dem 03.Oktober 2024,
immer donnerstags von 10h00-10h45
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Neue Sporthalle Lintgen

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

60€ / Trimester

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.

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 !

Sitzturnen in Bissen und Lintgen



Wo und Wann | Quand et où?

Vereinshaus, Lintgen:

Ab dem 30. September 2024, immer montags von 14h00-15h00 (außer Schulferien)

Nouvelle Hall des Sports, Bissen:

Ab dem 02. Oktober 2024, 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 30. September 2024, immer montags von 13h45-15h30 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

60€ / Trimester

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.

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 accès 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.

Es wird wieder genäht!



Wo und Wann | Quand et où?

Ab dem 30. September 2024,
immer montags von 14h00-16h00
und ab dem 02. Oktober 2024,
immer mittwochs von 14h00-16h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Montag: Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler
Mittwoch: 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 um 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 02. Oktober 2024, 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



Wo und Wann | Quand et où?

Ab dem 30. September 2024,
Immer montags von 09h30 - 10h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Salle des Sports Lintgen

Wer | Qui ?

Jessica

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 03. Oktober 2024, 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 02. Oktober 2024,
Immer mittwochs von 19h30 bis 20h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Maison Relais Krounebierg, Mersch

Wer | Qui ?

Thierry Vanderavero

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 de s'amuser tout en travaillant.

Nordic Walking Cours intensif



Wann | Quand ?

Immer mittwochs von 14h00-16h00

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt/
Programme communiqués 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.

Pendant la saison hivernale, les lieux de ballades 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 01. Oktober 2024, immer dienstags von 09h15-10h30 (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.

Ladanse 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, den 5. und 19. Juli 2024

Am Freitag, den 2., 16. und 30 August 2024

Am Freitag, den 13. September 2024

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 natures. 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 01. Oktober 2024 immer dienstags
von 10h15-11h15 (außer Schulferien)

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

25€ / Trimester

In diesem Zoom-Kurs kann jeder mitmachen der Lust hat, sich sportlich zu betätigen.
Clément zeigt 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 30. September 2024, 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 Grundschritte 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 ferez aussi de nouvelles amitiés.

Outdoor TRX class



Wann | Quand ?

Ab den 16. Juli 2024, immer dienstags und donnerstags von 09h00-10h00

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

60€

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 !



Fit am Alter



Wann | Quand ?

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.



PRIVATKURSE | COURS PRIVÉS :

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 discréction 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 ?
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 !

Rad fahren

**Wann | Quand ?**

Immer montags ab 14h00

Wo | Où ?

Wird bei der Anmeldung mitgeteilt.

Wer | Qui ?

Ervin

Wir treffen uns jeden Montag um 14h00 und suchen immer Strecken (Fahrradwege), die für jeden geeignet sind.

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 immer mittwochs.

Nous allons jouer à la pétanque, et ceci tous les mercredis.

“Klengen Treppeltour”



Wann | Quand ?

Immer dienstags von 14h00-17h00

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

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 Treppeltour” Ganzer Tag



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 30. Juli 2024

Am Donnerstag, den 29. August 2024 (Grillwanderung)

Am Dienstag, den 24. September 2024

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 ballade le matin plus le restaurant ou la promenade de l'apres-midi avec le restaurant.

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 25. Juli 2024

Am Donnerstag, den 29. August 2024 (Grillwanderung)

Am Donnerstag, den 26. September 2024

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 mitzuwandern. 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 accombez-nous.

Gruppe 1: langsameres, angepasstes Training / débutants

Wann | Quand ?

Immer dienstags von 09h00-10h30

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt |

Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

30€ pro Trimester

Gruppe 2: normales training

Wann | Quand ?

Immer freitags von 09h00-10h30

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt |

Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

30€ pro Trimester



UNSER LAUFENDES PROGRAMM :

Poterstonn Lorentzweiler

**Wann | Quand ?**

Immer mittwochs, von 14h30 bis 17h00

Wo | Où ?

Sall „Fautelfiels“, Lorentzweiler

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 02., 16. und 30. Juli 2024

Am Dienstag, den 13. und 27. August 2024

Am Dienstag, den 10. und 24. September 2024

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 Busseervice 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 19. Juli 2024

Am Freitag, den 23. August 2024

Am Freitag, den 13. September 2024

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 26. Juli 2024
und am 27. September 2024

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, um anschließend unsere Einkäufe zu 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 21. Juli, 18. August und am 22. September 2024

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 hingehrt!

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 13. Juli 2024

Am Samstag, den 10. August 2024

Am Samstag, den 28. September 2024

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 dabeihaben 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.

Mëttesësch



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.

03/07/24	Feierstengszalot
10/07/24	Krustebrod,Püree a Geméis
17/07/24	Kallefsragout
24/07/24	Paschteit,Fritten an Zalot
31/07/24	Summerfest zu Schous
07/08/24	Kee Mëttesdesch
14/08/24	Kee Mëttesdesch
21/08/24	Kee Mëttesdesch
28/08/24	Kee Mëttesdesch
04/09/24	Bouneschluppmat mat Gromperekichelcher
11/09/24	Kniddelen
18/09/24	Rouladen,Krocketten a Geméis
25/09/24	Coq au vin, Nuddelen 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



Joe
Sekretariat
Tél. 26 33 64-1
E-mail: sekretariat@cud.lu



Luca
Sekretariat
Tél. 26 33 64-1
E-mail: sekretariat@cud.lu



Thierry
Animation
Tél. 26 33 64-27
E-mail: 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

Öffnungszeiten Sekretariat:

Montag-Donnerstag
09h00-12h00 & 14h00-16h00
Freitag
09h00-12h00

Aus organisatorischen Gründen (Urlaub, Auswärtsaktivitäten,...) ändern vom **01. August bis zum 16. September inklusive** die Öffnungszeiten des Sekretariats. Während dieser Zeit erreichen Sie uns zwischen **09h00 und 12h00**. Vielen Dank für Ihr Verständnis.



PFLEGENDE ANGEHÖRIGE: UNERLASSLICH ABER **ZU OFT** **UNSICHTBAR!**

#Unerlässlicher
Pflegeangehöriger

Sie pflegen Ihren Partner, einen Verwandten, Kind, Freund oder Nachbarn? Das Hilfs- und Pflegennetzwerk 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[®]

Das ist der grüne Tag

OS

PRINTED IN
LUXEMBOURG



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

