

Saison 2021/22

sportscoursen





Léif Sportsfrënn,

Et war keen einfach Joer. Wéinst der Pandemie si sämtlech Sportsmanifestatiounen ausgefall. Un Ekippesport war net ze denken an och eis Projeten a geplangte Baute sinn a Retard geroden. Duerch d'Pandemie hunn d'Leit awer och d'Aktivitéiten an der Natur erëm fir sech entdeckt. Wann ech kucke wéi vill Wanderer, Familljen, Leefer oder Vëlofuerer op eisen Trëppelweeër, an de Bëscher an an de Wéngerten ënnerwee waren, weist dat, dass d'Beweegung trotz allem ni ze kuerz koum.

Mir hunn eis missen dru gewinne Sportsevenementer ouni Public um Fernsee ze kucken. Och misste mer vill Saachen eleng oder a begrenzter Unzuel maachen an hate keng bis wéineg sozial Kontakter. Ma grad do war déi Stonn Trëppelen e wonnerbaren Ausgläich fir Häerz a Séil.

Ëmsou méi frou sinn ech, dass eis geplangte Projeten alleguerten am Gemengerot gestëmmt an ëmgesat goufen: De Multisport zu Boermereng, d'Renovatioun vun der Bolzplaz zu Bech-Maacher oder och nach déi nei Petangpist an der Cité Ovenacker zu Elweng sinn nëmmen e puer Beispiller vu Projeten déi 2021 fäerdeg gestallt goufen. Mat dem Bau vun enger Tribün an neie Vestiaren um Fussballterrain zu Riemesch an mam nationale Ruderzenter um Site vum Hafen sinn nach 2 grouss Projekter an der Pipeline fir déi nächst Joren.

Loosst eis an deem Sënn positiv an d'Zukunft kucken a bleift fit a gesond.

Tom Weber
Schäffen a President
vun der Sports- a Jugendkommissioun

Cours de danse



Sous la direction de Jean-Guillaume Weis, l'école de danse de Wellenstein vous propose des cours de Ballet, Danse Contemporaine, Contemporain-Jazz, Hip-Hop, Danses de salon, Parkour/Yamakasi, Danses de Mariage, pour petits et grands, débutants et avancés.

Quand	Lundi - Samedi (voir détails : danzschoul.lu)
Où	<ul style="list-style-type: none">Danzschoul à WellensteinHall sportif à Bech-Kleinmacher
Âge	3 - 99 ans
Organisateur	Danzschoul
Contact	(+352) 621 28 12 33 info@danzschoul.lu
Prix	http://www.danzschoul.lu/de/PREISE

Fit in den Herbst



Le compétiteur du sport extrême Markus Krempchen organise des cours de fitness pour tout âge.

Quand	Samedi 9h - 10h
Où	Hall sportif à Bech-Kleinmacher (Précoce)
Âge	À partir de 18 ans
Organisateur	Markus Krempchen
Contact	(+49) 171 974 981 6 trailducks@yahoo.de
Prix	75 € (10 cours)

Football (FC Schengen)



Pour optimiser le travail des jeunes, le club s'est associé à l'US Mondorf et les entraînements sont organisés à Remerschen et à Mondorf. Aujourd'hui, le club peut accueillir les enfants à partir de 5 ans et leur permettre de pratiquer leur sport favori.

Quand	De mardi au vendredi
Où	<ul style="list-style-type: none">• Terrain à Remerschen• Terrain à Mondorf-les-Bains
Âge	À partir de 5 ans
Organisateur	FC Schengen / Entente US Mondorf
Contact	fcschengen.cdj@gmail.com (commissions des jeunes) marc.rasic@schengen.lu (équipes Seniors)
Prix	130 € / saison

Football en salle (Miseler Léiwen)



Les Miseler Léiwen est un club de football en salle qui participe aux championnats et à la coupe de football en salle de la FLF.

Quand	Lundi, mercredi et jeudi à 19h
Où	Hall sportif à Remerschen
Âge	À partir de 16 ans
Organisateur	Futsal Miseler Léiwen Wëntreng
Contact	(+352) 691 470 003 becksvain@hotmail.com
Prix	50 € / saison

Football for all



Une fois par semaine, Jérôme organise un entraînement de football à Elvange. Tout le monde est le bienvenu et peut participer.

Quand	Lundi 19h - 21h
Où	Hall sportif à Elvange
Âge	À partir de 16 ans
Organisateur	Commission des Sports et de la Jeunesse
Contact	rauje@hotmail.com
Prix	Gratuit

Jugendwave



Chaque premier samedi, le centre de jeunesse Jugendwave organise des cours de sport dans le hall sportif à Remerschen.

Quand	Chaque 1 ^{er} samedi du mois 13h - 15h
Où	Hall sportif à Remerschen
Âge	À partir de 12 ans
Organisateur	Jugendwave
Contact	(+352) 26 66 45 87 info@jugendwave.lu
Prix	Gratuit

LASEP - Elvange et Remerschen



La LASEP propose des entraînements réguliers qui offre un grand éventail de possibilités axées sur le mouvement. Les enfants de l'école fondamentale sont progressivement initiés à participer de manière ludique à différentes disciplines sportives.

Quand	Lundi et Mercredi 16h - 17h Vendredi 16h - 18h
Où	<ul style="list-style-type: none">Hall sportif à ElvangeHall sportif à Remerschen
Âge	Chaque enfant inscrit à l'école primaire
Organisateur	École Elvange, Maison Relais Remerschen (en coopération avec LASEP)
Contact	steve.neiers@education.lu (Elvange) mrschengen@youthhostels.lu (Remerschen)
Prix	25 € / année scolaire

Line Dance



Le Line Dance est une forme de danse qui se pratique généralement sans partenaire, bien qu'il existe également des danses de couple. En principe, les danseurs dansent en lignes, les uns à côté des autres et bougent de façon synchrone, se basant sur une chorégraphie adaptée à la musique.

Quand	Lundi et jeudi 18h30 - 22h
Où	Centre Culturel Maus Ketti à Burmerange
Âge	10 - 99 ans
Organisateur	Line Dance Friendship Luxembourg
Contact	(+352) 691 290 100 nathaliedamar@sfr.fr
Prix	www.linedance-friendship.lu/horaires-et-tarifs-des-cours

Mobilité/Stretch



Le cours de mobilité se compose d'exercices mobilité et flexibilité. Les exercices de mobilité actifs améliorent ta capacité à faire des mouvements contrôlés et renforcent tes articulations. La mobilité améliore ta posture.

Quand	Lundi 19h - 20h
Où	Hall sportif à Bech-Kleinmacher
Âge	/
Organisateur	Sara Macri
Contact	sara.macri@hotmail.fr
Prix	www.saramacri-health.com/plans-pricing

Parkour



Parkour, aussi appelé "Art du déplacement", est une méthode de mouvement, pour se déplacer d'un point A à un point B aussi rapidement et efficacement. Pendant l'entraînement, vous êtes constamment confronté à de nouveaux défis et obstacles qui vous aident à dépasser vos limites.

Quand	Mardi, vendredi, samedi et dimanche Infos: www.kaizenparkouracademy.lu/training/
Où	Hall sportif à Remerschen
Âge	À partir de 8 ans
Organisateur	Kaizen Parkour Academy
Contact	info@kpa.lu
Prix	www.kaizenparkouracademy.lu/training/

Qi Gong



Le Qi Gong est une gymnastique traditionnelle chinoise qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration afin de mobiliser et d'accroître notre énergie vitale. Le Qi Gong procure bien-être et détente.

Quand	Lundi 19h - 20h30
Où	Hall sportif (Précoce) à Bech-Kleinmacher
Âge	À partir de 18 ans
Organisateur	Simone Thill
Contact	(+352) 75 06 65 5255 csa@mlg.lu
Prix	175 € / saison (octobre - mai)

Squash, Street Racket et Badminton



Faire bouger enfants et familles, maintenir une condition physique générale, réduire les frustrations et acquérir de nouvelles compétences - Deux fois par semaine, différentes formes de sport sont expliquées et pratiquées.

Quand	Jeudi 19h - 21h Dimanche 10h - 12h
Où	Hall sportif à Elvange
Âge	À partir de 4 ans
Organisateur	Squash Factory Schengen – Lëtzebuerg
Contact	(+352) 621 528 866 squashschengen@gmail.com
Prix	Sur demande

Strong Nation



Ne comptez plus le nombre de répétitions. Entraînez-vous au rythme de la musique. STRONG Nation™ associe des séquences d'entraînement au poids du corps, des exercices de renforcement musculaire et des activités centrées sur le cardio et la plio.

Quand	Lundi 20h - 21h
Où	Hall sportif à Bech-Kleinmacher
Âge	À partir de 17 ans
Organisateur	Sara Macri
Contact	sara.macri@hotmail.fr
Prix	www.saramacri-health.com/plans-pricing

Tennis de table



Les facteurs importants du tennis de table sont la coordination, la vitesse et un bon contrôle de la technique. Chez ce sport familial, les jeunes et les moins jeunes peuvent jouer ensemble à la table.

Quand	Mardi 18h - 20h Jeudi 16h - 20h
Où	Hall sportif à Bech-Kleinmacher
Âge	À partir de 7 ans
Organisateur	Dëschtennis Bech-Maacher
Contact	(+352) 691 700 165 alainwiltzius@hotmail.com
Prix	50 € / saison

Vélo



Pour tous ceux qui aiment le cyclisme, le Vëlosclub Schengen offre la possibilité de vivre encore davantage leur passion au sein d'un club entre collègues. Le niveau n'a pas d'importance.

Quand	Dimanche 9h
Où	Départ près de l'église à Bech-Kleinmacher
Âge	À partir de 16 ans
Organisateur	Velo-Club Dräilännereck Schengen
Contact	(+352) 621 140 343
Prix	100 € / saison

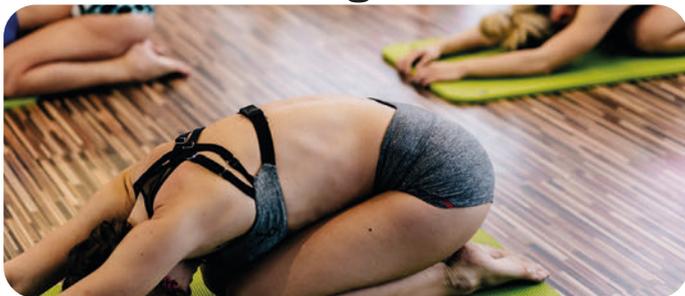
Volleyball



Le volley-ball est un sport d'équipe populaire. La force, l'endurance, la vitesse et une bonne sensation de la balle sont des conditions préalables importantes pour creuser, frapper et faire un bon service.

Quand ?	Mercredi 17h30 - 19h
Où ?	Hall sportif à Remerschen
Âge	À partir de 16 ans
Organisateur	VC Besch
Contact	(+49) 6867 5903 vcbesch@icloud.com
Prix	36 € / saison

Yoga



Ne comptez plus le nombre de répétitions. Entraînez-vous au rythme de la musique. STRONG Nation™ associe des séquences d'entraînement au poids du corps, des exercices de renforcement musculaire et des activités centrées sur le cardio et la plio.

Quand ?	Mercredi 19h - 20h30 Vendredi 19h - 20h30
Où ?	Hall sportif à Bech-Kleinmacher (Précoce)
Âge	/
Organisateur	Nicole Buccio
Contact	(+352) 621 505 335
Prix	Sur demande

Zumba



Des exercices sans «contraintes», en mêlant des mouvements à haute intensité et à basse intensité qui vous permettent de rester en forme et de garder la ligne dans un esprit festif. Laissez-vous emporter par les rythmes de la musique latino-américaine et des musiques du monde.

Quand	Mercredi 19h30 - 20h30
Où	Centre Culturel Maus Ketti à Burmerange
Âge	À partir de 12 ans
Organisateur	Sara Macri
Contact	sara.macri@hotmail.fr
Prix	www.saramacri-health.com/plans-pricing

Toutes les associations sportives

Club des Jeunes Bech-Kleinmacher

☎ /
✉ comite.cjbm@hotmail.com

Club des Jeunes Remerschen

☎ (+352) 691 488 591
✉ cjremerschen@hotmail.com

Jugendinitiative Boermereng

☎ (+352) 691 658 767
✉ jiboermereng@hotmail.com

Club nautique du Luxembourg

☎ (+352) 691 455 625
✉ info@cnlwaterski.lu

Dëschtennis Bech-Kleinmacher asbl

☎ (+352) 691 700 165
✉ alainwiltzius@hotmail.com

FC Schengen - Futballclub

☎ (+352) 621 212 570
✉ georges.wiltzius@pt.lu

Fëscherveräin Schwéidsbéng

☎ (+352) 691 671 186
✉ janrosteck@gmail.com

Health, Fit & Strong by Sara asbl

☎ (+352) 621 297 677
✉ sara.macri@hotmail.fr

Hondsportveräin Boermereng

☎ (+352) 621 241 007
✉ m.gerardy@versis.lu

Kaizen Parkour Academy

☎ (+352) 621 743 720
✉ info@kpa.lu

KC Beim Jang

☎ (+352) 621 420 228
✉ ferreira.filipe@gmx.net

KC Kuebendällchen

☎ (+352) 661 232 619
✉ chantal.bemngen@gmail.com

KC Muselfrënn

☎ (+352) 621 476 674
✉ pufra@hotmail.com

KC Wentréng - Keeleclub

☎ (+352) 661 230 445
✉ jeangerges45@gmail.com

LASEP Burmerange

☎ /
✉ steve.neiers@education.lu

Line Dance Friendship

☎ (+33) 354 869 67
✉ nathaliedamar@sfr.fr

Luxembourg International Rowing Club

☎ /
✉ lirc.committee@gmail.com

Miseler Léiwen Futsal

☎ (+352) 691 470 003
✉ becksyvain@hotmail.com

Motor Yacht Club du GD de Luxembourg

☎ (+352) 691 960 250
✉ secretariat@mycl.lu

Sportfëscherveräin Remerschen

☎ (+352) 691 455 625
✉ dreitz@pt.lu

Squash Factory Schengen-Lëtzebuerg

☎ (+352) 621 528 866
✉ squashschengen@gmail.com

Supporterclub FC Schengen - D'Kollege vun der Musel

☎ (+352) 691 819 257
✉ kollegen.musel@gmail.com

Vëlo-Club Dräilännereck Schengen

☎ (+352) 621 140 343
✉ eric.kluckers@contern.com

Welleschter Sportfëscherverain

☎ (+352) 691 301 747
✉ wolfm@pt.lu

Les infrastructures sportives



Hall sportif à Bech-Kleinmacher



Hall sportif à Elvange



Centre culturel Maus Ketti



Hall sportif à
Bech-Kleinmacher
(Précoce)



Hall sportif à Remerschen



Terrain de foot à Remerschen