

STAGES D'ENTRAÎNEMENT À ECHTERNACH



LUXEMBOURG
YOUTH HOSTELS
↳ .lu



**Vous désirez renforcer
l'esprit d'équipe ?**

**Vous devez préparer des
compétitions ?**

**Ou voulez-vous seulement
passer quelques moments
sportifs et de détente ?**

Qu'il s'agisse d'un camp d'entraînement ou de la préparation d'une compétition, un bon esprit d'équipe est toujours nécessaire pour la réussite sportive. Un des buts d'un stage d'entraînement vise à renforcer cet esprit d'équipe et le sens des responsabilités afin de souder les membres de l'équipe. En plus, il permet de vivre des activités augmentant la compétence sociale et la confiance en soi sans négliger le plaisir et l'amusement. L'offre de notre auberge de jeunesse à vocation sportive est adaptée aux exigences variées peu importe qu'on soit amateur, passionné ou professionnel. L'auberge est située au bord du lac artificiel d'Echternach et dispose d'un hall omnisport de standing, d'une salle d'escalade de 14 m de hauteur, d'un service de location de vélos, d'un parc de trampolines ainsi que d'un parc d'aventure. Vis-à-vis de l'auberge, 2 terrains de Beach volleyball sont également disponibles pour des entraînements. Les salles de sports et de conférences sont gratuitement mises à disposition aux groupes réservant un séjour en demi-pension ou en pension complète.

Auberge de jeunesse Echternach

Chemin vers Rodenhof
L-6487 Echternach
T. (+352) 26 27 66 400
F. (+352) 26 27 66 430
echternach@youthhostels.lu

Offres forfaitaires pour stages d'entraînement

Pour vous faciliter la réservation et de vous donner un aperçu de prix, nous avons développé un forfait de base de 2, 3 et 5 jours, qui peut être adaptée selon vos besoins :

Services et contenu

- 1, 2 ou 4 nuitées dans une chambre à multiples lits avec douche et toilette
- 1, 2 ou 4 petits-déjeuners
- 1, 2 ou 4 dîners
- 2, 3 ou 5 déjeuners légers
- 2, 3 ou 5 pauses-café pour sportifs (café, thé, eau, jus et fruits)
- Utilisation du hall sportif

Prix 2016

Forfait de 2 jours..... 59 € par personne
Forfait de 3 jours..... 99 € par personne
Forfait de 5 jours..... 184 € par personne

Groupes qui n'ont pas de carte de membre valable, doivent payer un supplément de 15 € par nuit.

Prestations supplémentaires gratuites

- Consultation et organisation de votre séjour
- Une salle de séjour ou de conférence : selon besoin vous pouvez utiliser la télévision, un flip chart, projecteur, écran, lecteur CD et accès internet
- Accès Wi-Fi

Prestations supplémentaires payantes

- Repas et boissons hors forfait (veuillez trouver une sélection dans notre brochure de catering)
- Location de serviettes
- Transport de bagages
- Chambre twin ou individuelle pour entraîneurs

- Sonorisation professionnelle
- Possibilité de faire des copies
- Activités de loisirs pour groupes
- Programmes de team building et activités sportives

Modules d'activités sportives et programmes en équipe

- Escalade en salle
- Activités au parc d'accrobranches
- Cours techniques de VTT
- Tours guidés de vélos
- Geocaching au lac
- Missions de coopération et d'aventure
- Course d'orientation avec carte et compas
- Dropping : se lancer dans « l'inconnu »
- Rallye en équipe
- Travail intensif sur l'esprit d'équipe
- Le canoë autrement

Ces modules sont payants et doivent être réservés à l'avance. Veuillez trouver les détails des activités ainsi que d'autres idées de programmes dans nos brochures « Excursions de groupes » et « Evénements, formations, voyages de stimulation et de motivation, team building et séminaires ».



AUBERGE DE JEUNESSE D'ECHTERNACH À VOCATION SPORTIVE



Profil sportif

- Possibilité de pratiquer votre sport à l'auberge de jeunesse ou aux alentours
- Halls sportifs ainsi que des salles de conférence et des dépôts de matériel
- Chambres twin ou individuelles pour entraîneurs et accompagnateurs
- Service de réservation d'infrastructures sportives
- Location de serviettes
- Offres de loisirs, de sports et de team building pour groupes
- Considération des demandes alimentaires : nutrition saine et adaptée aux sportifs, heures de repas flexibles, produits du terroir
- Menus pour groupes, formules de buffets, grillades et pauses-café
- Location de matériel sportif
- Transport de bagages

Activités sportives

- Tennis de table
- Volleyball
- Beach volleyball
- Basketball
- Handball
- Football en salle
- Badminton
- Arts martiaux
- Vélo de course
- Vélo tout terrain

Logement

118 lits sont distribués dans 29 chambres ; chaque chambre dispose d'une douche et toilette :

- 2 x 2 lits, équipés pour chaises roulantes
- 6 x 3 lits
- 14 x 4 lits
- 2 x 5 lits
- 5 x 6 lits

Infrastructure

- Hall sportif équipé
- Mur d'escalade indoor avec une hauteur de 14 mètres et son espace bloc
- Parc d'accrobranches, sur l'île d'aventure, ca. 200 m près de l'auberge
- Trampoline et Trampoline bungy (de Pâques jusque fin octobre)
- Location de vélo et de VTT sur place
- 2 terrains de Beach volleyball
- Parc à vélo, de l'autre côté du lac
- Aire de jeux, ca. 400 m de l'auberge
- Bar avec vue sur le mur d'escalade
- 2 salles de séjour
- 2 salles de conférence équipées de 90 m²
- 1 salle de réunion de 24 m²
- Accès internet gratuit (Wi-Fi)
- Terrasse avec vue sur le lac
- Ascenseur
- Local fermé pour vélos
- Parking gratuit pour bus et voitures

Dimensions du hall sportif

Taille du terrain de jeux	14 x 26 m
Taille de la salle	532 m ²
Hauteur de la salle	6,24 m

Terrains de jeux marqués

Type de sport	Taille du terrain
Basketball	14 x 26 m
Volleyball	9 x 18 m
Badminton	6,1 x 13,4 m
Handball	14 x 26 m
Football en salle	14 x 26 m



Prix de location 2016

La location du hall sportif est gratuite pour tous les groupes réservant un séjour en demi-pension ou en pension complète. Tous les groupes logeant à l'auberge auront une réduction de 50 % sur le prix de location. Tous les groupes réservant un repas complet auront une réduction de 25 % sur le prix de location.

Durée de location	avec réservation en demi-pension ou pension complète	avec réservation d'une nuitée	Avec réservation d'un déjeuner ou dîner	Sans réservation supplémentaire
1 heure	Gratuit	15€	22,50€	30€
½ journée	Gratuit	50€	75€	100€
1 journée	Gratuit	100€	150€	200€
1 semaine (5 jours)	Gratuit	375€	562,50€	750€
1 weekend (2 jours)	Gratuit	175€	262,50€	350€