

Eine wegweisende touristische Infrastruktur

Seite 2

JH Echternach auf einen Blick

Seite 3

Fit durch die Woche

Seite 4

Wie hoch ist die Kletterwand?

Seite 4

DE KOMPASS

Le magazine des Auberges de Jeunesse Luxembourgeoises

La nouvelle auberge de jeunesse d'Echternach



Beaucoup de jeunes de par le monde font leur première expérience de voyages dans une auberge de jeunesse. Lieu de rencontres, de contact, de récréation et d'amitié, ce sera pour nombre d'entre eux un endroit dont ils se souviendront plus tard avec joie et émotion.

Depuis un certain nombre d'années déjà, le Ministère du Tourisme accompagne, soutient et encourage la Centrale des Auberges de Jeunesse dans son vaste programme de restructuration et de rénovation du réseau national de nos auberges de jeunesse.

Echternach, ville touristique par excellence, maintient une longue tradition en matière de mouvement ajiste. Il faut donc savoir gré aux responsables communaux d'avoir reconnu les signes du temps et d'avoir réagi en conséquence, en dotant la Ville d'Echternach d'une nouvelle maison située dans un cadre privilégié et offrant un maximum de confort et d'équipements de loisirs.

L'auberge d'Echternach sera appelée, tout comme par le passé, à susciter les échanges internationaux et à faire découvrir au visiteur étranger et luxembourgeois les nombreux attraits de la région.

Je souhaite de tout cœur qu'elle devienne un lieu privilégié où l'amitié et les activités de loisirs puissent s'épanouir librement et qu'elle contribue de la sorte à une meilleure entente entre les peuples et les hommes.

Fernand Boden
Ministre des Classes Moyennes,
du Tourisme et du Logement

Eine neue Jugendherberge am Echternacher See



Entscheidungen, Planungen und die Wanderung um den See

Nein wir werden es nicht tun, obwohl wir es jetzt könnten. Na gut es stimmt schon, dass es von der ersten Planung bis zur Eröffnung lange gedauert hat und ab und zu hatte man schon das Gefühl einen Schritt zurück zu tun...

Zwei blaue, ein roter und ein schwarzer Bürgermeister waren an dem Projekt beteiligt und auch nicht weniger Schöffen. Man war sich einig, dass Echternach eine neue Jugendherberge brauchte. Einzig über den Standort war man sich nicht so grün. War die Idee einer Renovierung des alten Gebäudes noch relativ schnell vom Tisch, so dauerte es einige Zeit bis man sich auf den geeigneten Standort geeinigt hatte. Aber wie gesagt, erwähnen wir jetzt weder Willibrord, noch die

Springprozession, sondern freuen wir uns einfach über die baldige offizielle Eröffnung!

Und das Resultat lässt sich zeigen: Eine der schönsten Jugendherbergen Europas wird in Zukunft dazu beitragen nicht nur die Stadt Echternach sondern die ganze Region bei den Jugendlichen aus aller Welt bekannt zu machen.

Aber das Gebäude am See ist viel mehr als „bloß“ eine Jugendherberge. Denn mitentscheidend bei der Planung und der Konzepterstellung einer neuen Jugendherberge mit einer besonderen sportlichen Ausrichtung war auch das vom Europäischen Tourismusinstitut (ETI) aus Trier erstellte und vom Tourismusministerium 1996 in Auftrag gegebene „Touristische Entwicklungskonzept für das Müllerthal“ aus dem Jahre 1997. (mehr auf Seite 2...)

Blues Um Séi II Live Dinner mit Texas Food Buffet

Samstag 18. Februar 2006 in der neuen Jugendherberge Echternach

Der „Blues um Séi“ geht in die zweite Runde. Am 18. Februar findet pünktlich zur Eröffnung der neuen Jugendherberge in Echternach am See ein Blues Abend mit kulinarischen Genüssen statt. Das Programm besteht aus einem Buffet mit amerikanischen Spezialitäten bestehend aus spare ribs, grilled chicken und hausgemachten Hamburgern sowie exzellenter Blues Musik Made in Luxembourg. Mit „The Bandits“ präsentieren wir eine erstklassige Band welche den Blues mit Funk und Rock clever zu vermischen weiß. Im Vorprogramm wird die junge Formation „Blue Shade“ ihr Können unter Beweis stellen und die neuen Songs ihrer bevorstehenden Platte präsentieren. ■

BLUES PACK : Dinner und Konzert : 25€
ALL INCLUSIVE PACK : Blues Dinner, Übernachtung mit Frühstück, internationale Mitgliedskarte : 40€ (5€ Doppelzimmerzuschlag)
ANMELDUNG : CAJL
Tél. 26 27 66 40, Fax : 26 27 66 42
info@youthhostels.lu

AJ ECHTERNACH : PROGRAMME D'OUVERTURE

Vendredi 24.02.06

Inauguration officielle en présence de Madame la Ministre Marie-Josée Jacobs, Monsieur le Ministre Fernand Boden et Monsieur le Bourgmestre Marc Diederich et de nombreux invités d'honneur à partir de 16.30 heures

Climbing-show sur le mur d'escalade

Concert Jazz

The Teachers avec les professeurs de l'Ecole de Musique de la Ville d'Echternach George Letellier, piano Romain Boden, basse Boris Dinev, drums David Laborier, guitare Maxime Bender, saxophone



25.02.06 Journée Porte ouverte

14h00-18h00

Initiation à l'escalade pour tous
Nordic Walking cours d'initiation (départ toutes les 30 minutes)
Tournoi de football

26.02.06 Journée Porte ouverte

9h00-11h00 Randonnée VTT pour débutants et confirmés

11h00-12h30 Concert apéro

avec The Teachers, les professeurs de l'Ecole de Musique de la Ville d'Echternach George Letellier, piano Romain Boden, basse Boris Dinev, drums Ernie Hammes, trompette David Laborier, guitare Maxime Bender, saxophone

12h30 Menu de carnaval

Buffet de salades et de crudités, Soupe d'oignons, Harengs marinés, Judd matt Gaardebounen, Dessert du chef
Prix : 14,50 €, Réservez s.v.p.: 72 01 58

14h00-18h00

Initiation à l'escalade pour tous
Nordic Walking cours d'initiation (départ toutes les 30 minutes)



Die Empfehlungen der besagten Studie sahen im Bereich des Echternacher Sees u.a. den Ausbau der bestehenden Sportinfrastruktur vor. Insbesondere wurde auf die „Errichtung von climbing Möglichkeiten“ hingewiesen um jüngere Zielgruppen anzusprechen. Auch wurde eine solche künstliche indoor Anlage als Ergänzung zu dem outdoor Kletterangebot in Berdorf gesehen.

In der Linie dieser freizeitsportlichen Überlegungen pochten alsdann die damaligen Gemeindeverantwortlichen und das Sportministerium auf die zusätzliche Einbeziehung einer großzügigen Sporthalle für Freizeitzwecke, welche aber durchwegs auch für leistungssportliche Bedürfnisse konzipiert und genutzt werden sollte (u.a. für junge Sportler des damaligen Centre de formation, für die später eingeführten Sportklassen, für Sportvereine und Verbände).

Die Jugendherberge in Echternach

Das Projekt in Echternach ist ein wichtiger Baustein in der Erneuerung des luxemburgischen Jugendherbergsnetzes. War die Jugendherberge in Echternach vor Jahren die zweitwichtigste des Landes, so ist sie mittlerweile an die 5. Stelle der nationalen Rangliste der Übernachtungen abgerutscht. Die mangelnde Attraktivität der alten Herberge im Ortszentrum, die durch die Renovierung anderer Herbergen noch offenkundiger wurde, führte zu einem rapiden Imageverlust, der auch durch den bekannt guten Service und die große touristische Anziehungskraft der Stadt Echternach nicht mehr ausgeglichen werden konnte.

Mit der Eröffnung der neuen Jugendherberge am See, wird Echternach wieder zu einem der wichtigsten Standorte des Landes werden. Über ein weltweites Reservierungssystem wird eine online Buchung zu jeder Tageszeit möglich sein. Durch die Mitgliedschaft in der Internationalen Föderation der Jugendherbergen (IYHF) können die Jugendherberge sowie die Stadt Echternach weltweit vermarktet werden.

Der Standort

Die Jugendherberge liegt gut erreichbar für PKW und Bus auf einem Teil des früheren Parkplatzgelände an der Strasse nach Rodenhof. Dort befinden sich auch der Haupteingang sowie das Haupttreppenhaus mit Aufzug. Der Rad- und Fußweg vom Parkplatz Richtung See bleibt erhalten und ermöglicht so eine separate Erschließung der Kantine und Cafeteria. Vom See aus kann diese über die großzügige Terrasse erreicht werden. Die notwendigen Stellplätze für PKW und Busse befinden sich gleich neben der Herberge.

Das Konzept der Architekten

Dem Konzept für die Jugendherberge liegt die Idee zugrunde, die zwei Nutzungsschwerpunkte Wohnen und Sport in zwei sich überlagernden Gebäudeachsen zu thematisieren.

Die Achse der Sportaktivitäten – bestehend aus Sporthalle, Fahrradverleih und Kletterhalle – entwickelt sich parallel zur Straße und zum Wall und wird durch die 14 m hohe Kletterwand markiert. Der Zimmertrakt mit Gastronomie und Aufenthaltsbereichen aller Art durchdringt diese Achse rechtwinklig und strebt zum See. Im Schnittpunkt dieser Richtungen befindet sich der gemeinsame Eingangsbereich mit Empfang und einer ersten Aufenthaltszone. Das Erdgeschoss mit Empfang und Gastronomie entwickelt sich vom Haupteingang Richtung See. Darüber befinden sich auf zwei Ebenen die Zimmer für zwei bis sechs Personen. Insgesamt werden rund 120 Betten zur Verfügung stehen. Entsprechend der Grundidee der Jugendherbergen sind die Zimmer relativ schlicht und einfach gehalten, verfügen jedoch über einen eigenen Sanitärbereich. Auf Fernseher oder Minibar muss man allerdings verzichten. Über der Eingangshalle werden offene Aufenthaltsflächen mit Blick auf die hohe Kletterwand angeboten – darin Sitzecke, Internetplätze und Kinderspielecke. Am Kopf dieser Geschosse sind die Konferenzräume angeordnet, die über einen Panoramablick auf den See verfügen und über einen separaten Zugang unabhängig genutzt werden

können. Die Wohnungen für die Betreiber befinden sich im 2. Obergeschoss mit Ausrichtung auf die Vorfahrt.

Die Jugendherberge, eine offene Struktur

Auch wenn die Infrastruktur in erster Linie den Gästen der Jugendherberge zur Verfügung steht, so steht eine Jugendherberge jedoch jederzeit offen für andere Akteure des Tourismus, Vereine und Bewohner der Region.

Vor Jahren machte mir mal ein Mitarbeiter des Tourismusministeriums eine Bemerkung, die mir zu denken gab und die ich seitdem bei jeder passenden Gelegenheit wiederhole. Er sagte mir: „Die Jugendherberge ist so ähnlich wie die chinesische Botschaft. Jeder Luxemburger weiß wo sie ist, aber keiner hat sie je betreten.“

Das hat sich mittlerweile geändert. Die Jugendherbergen sind mittlerweile ein professioneller und verlässlicher Partner, die Infrastrukturen stehen für jeden offen und die Bewohner der Jugendherbergsstandorte reden mittlerweile von ihrer Jugendherberge.

Ein Animationskonzept für Aktive

Getreu ihres Mottos, dass Jugendherbergen mehr sind als nur Betten, ist das Haus in Echternach Ausgangsbasis für ein vielfältiges Animationsangebot.

Die Jugendherberge in Echternach wird zu einem indoor & outdoor activity centre für die ganze Region werden. Schluss mit den Klagen über die Altersstruktur der Touristen im Müllerthal oder über den Mangel an indoor Attraktionen.

Mission der Jugendherbergen

„...Jugendherbergen anzubieten, in welchen es keinerlei Unterschiede hinsichtlich Rasse, Nationalität, Farbe, Religion, Geschlecht, Klasse oder politischer Meinung geben darf, um dadurch ein besseres gegenseitiges Verständnis sowohl auf nationaler als auch internationaler Ebene zu entwickeln.“ ■

Eine wegweisende touristische Infrastruktur

Die neue Jugendherberge am Echternacher See steht für mehr als nur ein Meilenstein auf dem Weg der Erneuerung unserer touristischen Infrastruktur. Durch den Schwerpunkt Sport öffnet sie Perspektiven für Freizeitaktivitäten, die in der Vergangenheit hier kaum Beachtung fanden.



Bedingt durch seine vielfältige Geschichte um die Abtei als Pilgerstätte sowie durch seine Lage inmitten der anziehenden Natur des Müllerthals, erhielt Echternach bereits ausgesprochen früh die Rolle einer Touristenortschaft. Mit der Trumpfkarte der Tradition ging allerdings auch das Problem einher, dass spätestens im Laufe der 1980/90er Jahre die

touristische Infrastruktur des Abteistädtchens im Landesvergleich teils veraltet war.

Dies galt auch für die Jugendherberge im Stadtzentrum. Mitte der Neunziger ergriff die politische Führung der Stadt gemeinsam mit der Jugendherbergszentrale die Initiative und brachte ein Neubauprojekt auf den Plan, welches durch seine attraktive Lage am See und aufgrund seiner Gewichtung auf das sportliche Angebot neue Maßstäbe setzen sollte. In

der Folge sollten auch die Wechsel auf lokalpolitischer Ebene dieser Vision keinen Abbruch tun. Die im Jahr 2000 erfolgte Kurskorrektur, welche einen Standortwechsel innerhalb des Seereals und die erneuerte Vergabe mittels Wettbewerb an einen Architekten bedeutete, ließ die Philosophie des Projekts bestehen.

Die Stadt Echternach als Bauherr, die Jugendherbergszentrale als Betreiber und die Regierungsvertreter, welche die großzügige staatliche Bezuschussung zuzüglich EU Fördergeldern ermöglicht haben, dürfen in der Tat stolz sein, Anfang 2006 die Tore dieses Schmuckstücks offiziell öffnen zu dürfen.

In Zeiten, wo kostengünstige Ferien auf Mittelmeerinseln dem Schiessentümpel den Rang abzulaufen drohen, gibt diese Herberge dem touristischen Leben Echternachs und des Müllerthals einen fast ersehnten Impuls. Keineswegs bloß eine Übernachtungseinrichtung sondern ein Anziehungspunkt für etliche Interessengruppen, empfängt sie Auswärtige und Einheimische, sei es zum Freizeitsport, zu Sportlehrgängen, zu Schulausflügen oder einfach zu einem Kaffee beim Spaziergang.

Ich bin überzeugt, dass hier durch das vielfältige Angebot, allen voran die landesweit bedeutendste Kletterwand, jene neue Kundschaft in unsere Region geholt werden kann, die in der jüngsten Vergangenheit ferngeblieben ist. Von ihnen werden langfristig so manche ins Sauerland zurückkehren und das Kollektiv unserer Geschäftswelt wird dies zu schätzen wissen.

Im Besonderen darf ich auch in Erinnerung rufen, dass das Großprojekt aus den 70er Jahren, sprich das Anlegen des Erholungsgebietes Echternacher See, bisher nicht vollständig umgesetzt worden ist. Nun setzt die neue Jugendherberge ein Ausrufezeichen, welches als Vorlage verstanden werden darf, die Sport- und Freizeiteinrichtungen langfristig an der dem Verkehr angeschlossenen Ostflanke des Sees anzusiedeln.

Die Gelder von Staat und Gemeinde wurden mit dem Projekt bestens investiert. Meine Begeisterung teile ich mit allen an Planung und Bau Beteiligten und ich wünsche dem hoch motivierten Team der Jugendherbergszentrale viel Erfolg und gutes Gelingen beim Zufriedenstellen der Gäste aus aller Welt. ■

Marc Diederich
Bürgermeister

Wir sind sportlich, jung, trendy, bei uns gibt's climbing, biking, hiking, trekking, walking und sogar schlafen wenn es denn sein muss. Die naturfreundliche Lage am See bietet unendliche Möglichkeiten im Sport und Naturerfahrung, ob Leistungssportler oder Hobbyathleten, jedem wird eine einmalige Struktur mit gut ausgestatteten Räumen geboten. So kommen Radfahrer und Mountainbiker, Triathleten und Leichtathleten, Kletterer und Mannschaftssportler voll auf ihre Kosten.



In erster Linie sollen Touristen, Paare, Familien und kleine Gruppen, aber auch Schulen und Vereine zum Zuge kommen. Die Reisenden sollen die Freiheit haben ihre Ferien selbst gestalten zu können oder auch von Pauschalangeboten Gebrauch zu machen. Die Wahl wird hier keine Grenzen kennen, vom outdoor centre mit jeder Menge Kletter- und Abenteueraktivitäten, über die „mountainbike-academy“ mit Radverleih, geführten Mehrtagestouren bis hin zu fertigen Wanderpauschalen mit Gepäcktransport.

Ein Komplettpaket für Schulklassen und Jugendgruppen

Ab Herbst 2006 haben Schulklassen und Jugendgruppen die Möglichkeit einen mehrtägigen Erlebnisaufenthalt in Echternach zu verbringen. Auf dem Programm stehen mehrere erlebnispädagogische Aufenthalte in denen das Naturerlebnis und die Teamfähigkeit im Rampenlicht stehen. Diese sind leicht mit kulturellen Ausflügen in den nahegelegenen historischen Stadtkern zu verbinden.

Die Idee der Jugendherbergen

Jugendherbergen wurden ursprünglich errichtet, um jungen Leuten mit begrenzten finanziellen Mitteln die Möglichkeit zu geben, die Natur und Kultur kennen zu lernen. Heute

bilden die Herbergen ein Kernstück des internationalen Tourismus für jedermann.

Herbergen werden von allen Altersgruppen als Ausgangspunkt für kulturelle und sportliche Aktivitäten unter der Berücksichtigung des Umweltschutzgedankens genutzt. Durch die große Vielfalt von 4.000 Herbergen in über 80 Ländern, präsentiert sich Hostelling International als eine wirklich einzigartige Organisation.

Die Standards der modernen Jugendherbergen

Das berühmte Logo von Hostelling International darf nur von Herbergen benutzt werden, welche die zugesicherten Herbergsstandards erfüllen und durch eine auf Gemeinnützigkeit beruhenden Organisationsstruktur geleitet werden. Eine Jugendherberge ist eine Unterkunft, die eine gute Übernachtung in angenehmer Umgebung zu vernünftigen Preisen bietet. Sie ist ideal dafür geeignet, ein Land ohne übermäßigen Kostenaufwand kennen zu lernen und gleichzeitig Leute mit ähnlichen Interessen zu treffen. Die Herbergsgäste von heute können sowohl Einzelwanderer sein, die mit dem Rucksack unterwegs sind, als auch Familien mit Kindern, Paare und Gruppen, die mit dem Wagen oder Bus anreisen. Es gibt keine Altersbegrenzung.

Die Prinzipien sind einfach, aber von fundamentaler Bedeutung. Sie bestehen aus verschiedenen Komponenten, und eine Herberge muss die für jede Komponente festgelegten Anforderungen erfüllen, um das Logo von Hostelling International als Symbol ihrer Leistungsfähigkeit führen zu dürfen. Bei den Hauptkomponenten handelt es sich um Empfang, Sauberkeit, Sicherheit, Privatsphäre, Komfort und Umweltverträglichkeit.

Jugendherbergen und Umweltschutz

Die jungen Leute von heute sind zu Recht an ökologischen Themen besonders interessiert. Von den Mitgliedsverbänden der Jugendherbergsbewegung wird erwartet, dass sie sowohl beim Betrieb als auch beim Bau neuer Herbergen die Einhaltung anspruchsvoller Umweltschutzaufgaben erfüllen. Die Hauptzielsetzung besteht im schonenden und sparsamen Umgang mit den Ressourcen, sowohl beim Bau als auch bei der Nutzung der Gebäude.



Die Jugendherbergen bemühen sich ihr Gäste zu umweltbewusstem Verhalten zu sensibilisieren und geben ein Beispiel von umweltbewusstem Verhalten, indem bei der Nutzung des Gebäudes ökologische Aspekte berücksichtigt werden wie zum Beispiel ein Konzept, welches Abfallvermeidung und Trennung anstrebt. ■

Jugendherberge Echternach: Auf einen Blick!

Die neue Jugendherberge am See wird eine neue Qualität des Services und des Empfangs ermöglichen und eine der modernsten Herbergen Europas werden. Die Jugendherberge entspricht den aktuellsten Sicherheitsstandards, ist behinderten-freundlich und umfasst unter anderem folgende Einrichtungen:

- 118 Betten in 2er- bis 6er-Zimmern mit erhöhtem Komfort in Ausstattung und Sanitärbereich
- Eine moderne Küche mit einem Speiseraum für 100 Personen
- Ausgestattete Konferenz- und Seminarräume
- Eine Terrasse mit Seeblick
- Eine 14 m hohe indoor Kletterwand
- Einen offen gestalteten Empfangsbereich mit Cafeteria und Blick auf die Kletterwand
- Eine große Sporthalle mit Basketballfeld und Zuschauertribüne

- Einen Fahrradverleih
- PKW- und Busparkplätze

Auberge de jeunesse Echternach

Rue Grégoire Schouppe
L-6479 Echternach
Tél. (+352) 72 01 58
Fax (+352) 72 87 35
echternach@youthhostels.lu
www.youthhostels.lu ■

Drei Fragen an die Architekten witry & witry architecture urbanisme



Was waren die Herausforderungen beim Bauen am See?

Der See in Echternach steht einerseits für ein attraktives, vielfältiges Freizeitangebot und Aktivitäten, zum anderen bietet er den Menschen aber auch Ruhe und Erholung in der Natur. Die Architektur sollte diese Atmosphäre nicht stören – im Gegenteil – sie sollte als eine Bereicherung des Ortes empfunden werden können.

So fügt sich der Neubau zurückhaltend in seine Umgebung ein und respektiert die Uferzone und den für den See von Echternach typischen Eindruck des durchgängigen Grünwalls. Ein leichter Holzriegel schiebt sich zwischen der Baumeinfassung hindurch, weckt einerseits die Neugierde des Spaziergängers und erlaubt andererseits den Blick von den Zimmern auf den See.

Das Volumen der Sporthalle ist teilweise in das Gelände eingegraben und erhielt eine Fassade aus Beton, die in Farbe

und Oberfläche an Felsen erinnert. Diese Materialität erscheint ebenfalls bei der Fassade der hohen Kletterwand, ein Spiel mit Materialien und Inhalten. Die Felsen in der Umgebung von Echternach und das Klettern in dieser atemberaubenden Landschaft war ein Thema bei der Entwicklung der neuen Jugendherberge. Das Gebäude nimmt sich durch seine äußere Gestalt zurück und bezieht so ganz selbstverständlich seinen Platz am Ufer.

Wichtig war uns auch das Wechselspiel von Ein- und Ausblicken. Durch die großen Glasflächen wirkt die Landschaft direkt ins Gebäude. Und von außen lässt sich wiederum erahnen, dass dort ganz viel passiert...

Was ist das Besondere am Bau einer Jugendherberge, am Bauen für Kinder und Jugendliche?

Es sind ganz unterschiedliche Gäste jeden Alters, die Jugendherbergen als Unterkunft wählen – für kurze Zwischenstopps auf Reisen oder auch, um den gesamten Urlaub an einem Ort zu verbringen. Wichtig war uns, ein Gebäude zu schaffen, dessen Architektur sowohl jungen als auch älteren Menschen, Gruppen wie einzelnen Reisenden auf unkomplizierte Art und Weise ein angemessenes Heim auf kurze Zeit bieten kann. Es sollte eine einladende, freundliche Atmosphäre geschaffen werden, die sich nicht aufdrängt.

Eine Jugendherberge ist für uns eine „Begegnungsstätte“, in dem die Gäste vielleicht mehr Flexibilität und Offenheit füreinander mitbringen als in anderen Unterkünften; ein Ort, wo sie Kontakte knüpfen und sich kennen lernen können, ohne auf persönliche Ansprüche verzichten zu müssen. Für ganz unterschiedliche Bedürfnisse gilt es Raum zu schaffen: zum Spielen, für die individuellen Beschäftigung oder das gesellige Beisammensein. Und bei alledem muss die Ausstat-

tung dem Wechsel der Gäste in einer beständigen Qualität standhalten.

Unser Anspruch an die Architektur ist, diesen Nutzungsbedingungen gerecht zu werden. Das Gebäude spiegelt die Offenheit und Flexibilität wieder. Die Verwendung von Farbe und Materialien schafft eine angenehme Atmosphäre – modern, ohne kühl zu sein. Die Materialien sind robust und dennoch mit Liebe zum Detail entwickelt.

Was waren ökologische Aspekte bei der Planung des Gebäudes?

Grundsätzlich haben wir auf einen sparsamen Umgang mit den Ressourcen Bauland und Baustoff geachtet und darauf, dass möglichst lokal verfügbare Baustoffe zum Einsatz kommen. Auch wurde eine Priorität gesetzt auf nicht gesundheitsschädliche Baustoffe und solche mit einem niedrigen Primärenergiegehalt. So wurde auf die Verwendung von PVC als Baustoff verzichtet und der Einsatz von umweltverträglichen Stoffen bevorzugt. Für die Holzfassade wurde eine unbehandelte Lattung aus Lärchenholz verwendet.

Durch eine hoch gedämmte Gebäudehülle und eine kompakte Bauweise wird ein niedriger Energieverbrauch erreicht. Zur Warmwasserbereitung werden Sonnenkollektoren hinzugezogen, und es gibt eine mechanische Be- und Entlüftung mit Wärmerückgewinnung.

Die versiegelten Flächen wurden minimiert und insgesamt auf eine sensible Einbindung des Gebäudes in die Landschaft Wert gelegt. ■

Ursula und René Witry

Fit durch die Woche

Fitness und Nordic Walking für alle

Sie möchten Ihre Woche sportlich beginnen? Sie möchten außerdem noch Ihre Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit verbessern? Dann sind Sie bei unseren Fitnesskursen genau richtig! Doch was bedeutet Fitness eigentlich?

Zuerst einmal ist Fitness die Steigerung der grundmotorischen Fähigkeiten, die jeder Mensch besitzt. Man kann gezielt Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Schnelligkeit schulen und verbessern.

Kraft-, Rückentraining und Stretching

Damit keine dieser Fertigkeiten zu kurz kommt, ist der Fitnesskurs in drei Schwerpunkte unterteilt. Neben lockeren Aufwärm- und Ausdauertraining mit Elementen aus dem Aerobic-, Step-Aerobic oder dem Tanzbereich widmen wir uns dem Krafttraining. Bauch-, Beine- sowie rückenstärkende Übungen führen durchs Programm. Zum Abschluss tun wir noch etwas für unsere Beweglichkeit mit einem intensiven Dehn-, bzw. Stretchingprogramm.

Nordic Walking mal 3

Nordic Walking hat sich mittlerweile zu mehr als nur einer Trendsportart entwickelt. Der größte Carbonstockhersteller Exel, sowie Spitzenathleten des Langlaufs, Biathlons und der Nordischen Kombination haben Nordic Walking als Sommer-Trainingsmethode entwickelt.

Aspekte des Nordic Walking Trainings bei richtigem Stockeinsatz:

- Effektives Ganzkörpertraining
- Entlastung des Bewegungsapparates um bis zu 30%
- Muskelverspannungen im Schulter- und Nackenbereich werden abgebaut
- 90% und somit bis zu 600 Muskeln werden trainiert
- Training der aeroben Ausdauer
- Ökonomisierung des Herz- Kreislaufsystems
- Verbesserung der Sauerstoffversorgung des gesamten Organismus

Nordic Walking ist noch viel mehr. Probieren Sie es einfach aus und erlernen Sie die Technik, denn das Schöne am Nordic Walking ist, dass man es zu jeder Jahreszeit ausüben kann. Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur schlechte Kleidung.



Egal ob Sie Anfänger oder Fortgeschrittener sind, Nordic Walking ist für alle geeignet, die die Natur lieben. Kommen Sie doch einmal mit der richtigen Sportbekleidung bei uns vorbei (Stöcke stehen Ihnen zur Verfügung). Dann können wir gemeinsam die Natur und Umgebung rund um den Echternacher See entdecken. ■

Wie hoch ist denn jetzt die Kletterwand und spielt das überhaupt eine Rolle?



Also vor einigen Tagen habe ich in einer Mitteilung der internationalen Jugendherbergsföderation gelesen es sei die höchste Europas. Das muss man wohl klarstellen! Sagen wir mal es ist die höchste Europas die sich in einer Jugendherberge befindet deren Name mit Echt. beginnt. Auf jeden Fall ist sie schon sehr sehr hoch; für mich jedenfalls da ich Höhenangst habe. Interessant ist auch, dass sie – wie vermutlich

die meisten – von unten betrachtet so um die 14 m zu haben scheint, während sie dann von oben mindestens 20 m hat. Dieses Phänomen erklärt sich durch die Relativitätstheorie, die irgendwann mal erfunden wurde.

Aber für die richtigen Kletterer ist die Höhe auch nicht das einzige Kriterium. Wichtiger sind noch Überhänge, Routen, Boulderwände, Bodenbeschaffenheit usw. alles Qualitäten über die unsere Kletterwand nach Aussage der ersten Benutzer verfügt.

Interessant scheint mir auch, dass man aus der Cafeteria bei einem leckeren Cappuccino den Sportlern und auch Sportlerinnen zuschauen kann ohne müde dabei zu werden. Aber das betrifft jetzt weniger die sportlichen Aspekte.

Aber wer darf denn jetzt überhaupt klettern?

Die Kletterhalle ist zugänglich für alle, ob sie nun in der Jugendherberge übernachten, respektive woanders, oder auch in der Umgebung wohnen. Zweimal die Woche ist freies Klettern angesagt. Hierfür kann man sein eigenes Klettermaterial mitbringen und für Anfänger steht dieses gegen ein minimales Entgelt zur Verfügung. Ab März werden dann jeweils Freitags Anfängerkletterkurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene angeboten, für Schulklassen und Gruppen stehen weitere Kurse zur Verfügung. Falls Sie mit ihrer Gruppe die Halle für einen Tag oder gar ein ganzes Wochenende mieten möchten beraten wir Sie gerne weiter. ■

Programme d'animation à l'auberge de jeunesse d'Echternach

Mountainbike Academy Echternach

Geführte Touren von März bis Oktober – auf Anfrage

MTB Tour : In 4 Tagen durchs Müllerthal

Bike forests and city tours : Geführte Tagestouren

MTB Weeks Echternach 2006

25.04, 02.05, 09.05, 16.05, 23.05, 30.05, 13.06, 20.06, 27.06, 04.07, 11.07

Biketreff für alle : 18h00-20h00

MTB Spring Pack : 13.05 & 14.05, 08.07 & 09.07

Bike Wochenende

MTB Technik Camp 2006 : 22.04 & 23.06

Technik Kurs für Anfänger mit Manfred Stromberg

Rent a bike : Mountainbike-Verleih das ganze Jahr über in der Jugendherberge

Aktive Jugendherbergen

Regelmäßige Aktivitäten (außer in den Schulferien)

Fitness : Montags von 18h00–19h30

Freies Klettern : Dienstags von 18h00–22h00 und Freitags von 19h00–22h00

Ab 10. März

Anfängerkletterkurse für Kinder : Freitags 17h00–18h00

Anfängerkletterkurse für Jugendliche und Erwachsene : Freitags 18h00–19h00

Nordic Walking : Donnerstags von 18h00–19h30

Dienstags von 19h00–20h30

Sonntags von 10h00–11h30

ab 26. April

Sport pour tous : Mittwochs von 18h00–19h30

Various activities

18.02 : Blues um Séi II

17.03–19.03 : Bike & Kletter Wochenende

01 & 02.04 : Wander Wochenende Müllerthal

13.04–17.04 : Ostern für die ganze Familie

06.05 & 07.05 : Nordic Walking Schnupper Wochenende

19.05–21.05 : Römer Familien Wochenende

16.06–18.06 : Natur pur Familien Wochenende

Preise für Klettern, Nordic Walking und Fitness

Kunden der Jugendherberge : gratis

Erwachsene : 5 €

Kinder und Studenten : 2,50 €

Abos (Klettern, Nordic Walking oder Fitness)

Trimesterabo (3 Mon.): Erwachsene: 50€, Studenten: 30€

Jahresabo : Erwachsene : 150 €, Studenten : 90 €

Combi Abo „PAY 9 GET 10“ (für alle Sportarten) : 45 €

Für alle Abos ist eine gültige Mitgliedskarte der Jugendherbergen vorzuzeigen.

Preise Anfängerkletterkurse (Spezialangebot März–Juli) :

Studenten : 100 €, Erwachsene: 115 €

Verleihpreise

Klettern - Klettergurt, Abseilgerät: jeweils 1 €

Nordic Walking Stöcke : 1 € (halbtags)

Mountainbikes : 2,50 € / Stunde, 8 € halbtags,

15 € ganztags, 75 € /Woche

Spezial Tarife für Gruppen und Schulklassen ab 6 Personen auf Anfrage. ■

Mountainbike Academy Echternach

Was versteht man unter Mountainbike Academy ? Der Slogan soll vorerst die grosse Anzahl an Angeboten unterstreichen. Neben unserem hauseigenen Verleih-Service mit hochwertigen Bikes bieten wir regelmässig geführte Touren durchs naheliegende Müllerthal sowie auch ins benachbarte Grenzgebiet an. Erfahrene Tourenführer lassen unsere Gäste die schönsten Spots der Gegend erfahren und respektieren das jeweilige Können der Gruppe. Von leichten Anfängertouren bis hin zu technisch kniffligen Downhills wird für jedermann etwas dabei sein. Auch hier kann man zwischen einer halbtägigen City Tour über ganztägige Wäldertouren bis hin zu Mehrtagestouren von Jugendherberge zu Jugendherberge wählen.



MTB Tour Müllerthal. Hier verweisen wir gerne auf unsere 4-tägige Tour von wo aus wir die schönsten Strecken zwischen den Jugendherbergen Echternach, Beaufort, Larochette und Bourglinster miteinander verbinden. Dabei durchqueren wir Plateaus und Täler, fahren an Burgen und Schlössern vorbei und durchstreifen so ganz nebenbei das schönste Naturgebiet Luxemburgs mit all seinen überragenden Felsformationen und ausgedienten Mühlen.

MTB Technik Camp. Mountainbiken ist eine Sportart welche hohe Anforderungen an Mensch und Bike stellt. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, jeder Mountainbiker sollte lernen sein Bike in allen Situationen perfekt zu beherrschen. Bergabfahren, Kurvenfahren, richtiges Schalten und das Gefühl fürs Rad sollten geschult sein. Für den Beginn der Bike-Karriere bieten wir am 22. und 23. April einen 2 Tages-Technikkurs mit dem MTB-Experten Manfred Stromberg an. Hierbei werden alle Grundlagen für sicheres Fahren im Gelände mit Spaß vermittelt. Dieser Kurs ist sehr gut geeignet für Einsteiger und leicht erfahrene Mountainbiker.

MTB Weeks – ein Biketreff für alle. Vom 25. April bis 11. Juli finden jeweils Dienstags von 18.00 bis 20.00 Uhr geführte Feierabendtouren durch die Wälder der Umgebung statt. Die Teilnahme am Biketreff ist kostenlos und ohne Anmeldung, einfach Helm und Mountainbike mitbringen und los geht's.

Let's bike... ■

Impressum

Herausgeber

Centrale des Auberges de Jeunesse Luxembourgaises, association sans but lucratif placée sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale le Grand-Duc Héritier

Kontakt

CAJL
2, rue du Fort Olisy
L-2261 Luxembourg
Tel. (+352) 26 27 66 40
Fax (+352) 26 27 66 42
dekompass@youthhostels.lu

Bankverbindungen

CCPL: LU30 1111 0121 4722 0000
BCEE: LU25 0019 1000 0999 4000

Redaktion

Martine Backendorf,
Serge Pommerell, Gilles Stoffel

Layout

Guido, Glas & Partners s.à.r.l.
49, bd. Dr. Charles Marx
L-2130 Luxembourg
www.guidoglas.lu

Photos

Patrick Muller, Gilles Stoffel

Druck

Imprimerie Hengen s.à.r.l.
14, rue Stumper
L-2557 Luxembourg

Erscheinungsweise

4 mal jährlich (mindestens!)

Auflage

7.000 Exemplare

LUXEMBOURG
YOUTHHOSTELS
lu

