

FLAMBEAU

Mars 2019

**Jeux Olympiques d'hiver 2018
PyeongChang**

**Jeux Olympiques de la
Jeunesse 2018
Buenos Aires**



86



Revue officielle du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois



**LOTÉRIE
NATIONALE**



LILY A GRATTÉ LE SPORT A GAGNÉ



www.loterie.lu
Games for good causes

L'intégralité du revenu de la Loterie Nationale
revient aux missions philanthropiques de l'Œuvre.



ŒUVRE
Nationale de Secours
Grande-Duchesse Charlotte



Chères lectrices fidèles, chers lecteurs fidèles,

Cette édition du Flambeau vous laisse d'une part participer aux expériences de nos athlètes pendant les différents événements multisports, comme p. ex. les Jeux Olympiques d'hiver 2018 à PyeongChang ou encore les Jeux Olympiques de la Jeunesse à Buenos Aires 2018, et d'autre part découvrir des sujets sur le sport en général au Grand-Duché de Luxembourg.

Un grand merci doit être adressé à tous les rédacteurs de texte, qui consacrent sans compter leur temps et leur énergie à développer et à promouvoir le sport au Grand-Duché de Luxembourg.

En cas de commentaire ou de souhait, n'hésitez pas à nous les communiquer au cosl@cosl.lu !

86

Sommaire

Sport de haut niveau

04 – 09

10 – 13

Composition personnelle des cadres du COSL

Game, Set Mulles – Gilles Müller

Olympisme

14 – 20

Olympic Winter Games – Pyeongchang 2018

Premiers Jeux Olympiques d'hiver de Béatrice Kirsch

21

22 – 23

Pyeongchang 2018 – Impressions de Son Altesse Royale le Grand-Duc Henri

24 – 27

Youth Olympic Summer Games Buenos Aires 2018

28 – 29

2019–2020 Olympic Road Map

Sport, sciences et santé

30 – 31

Cérémonie de remise du Diplôme CIO en physiothérapie du sport

32 – 35

The Paediatric ACL Monitoring Initiative (PAMI)

Premier ouvrage sur l'accompagnement médical du joueur de handball

37

38 – 40

Medical and training aspects in football

44 – 49

Clever move – Écoles actives

Fédérations et partenaires

52 – 53

Signature Nation Branding

54 – 61

Fédération Luxembourgeoise de Natation et de Sauvetage

62 – 63

En souvenir du championnat du monde de Cyclo-Cross en 1962 à Esch-sur-Alzette

Magazine

64 – 65

Assemblée générale du COSL 2018

66 – 69

37^e COSL Spillfest

70 – 73

Journée Olympique 2018

74 – 75

READY on tour

76 – 77

Que sont-ils devenus... ? Yves Clausse



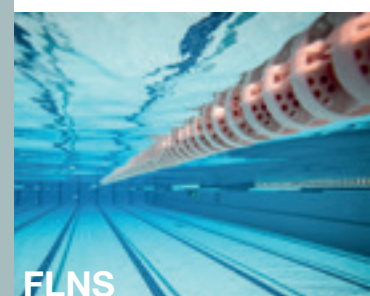
Gilles Müller



Pyeongchang



Buenos Aires



FLNS



Spillfest

LE MOT DU PRÉSIDENT



Chères lectrices, chers lecteurs,

La 23^e édition des Jeux Olympiques d'hiver à PyeongChang en Corée du Sud, avec la participation d'une délégation du Luxembourg comprenant un athlète, à savoir Matthieu Osch dans les disciplines de ski alpin (slalom et slalom géant), a été un succès sportif et en même temps offrait une plateforme de choix pour amorcer les premières étapes de rapprochement de la République de Corée (du Sud) et de la République Populaire de Corée (du Nord). Sans vouloir minimiser les performances de notre athlète, qui a pu toucher au pouls des grandes compétitions aux événements multisports, un moment très fort de cette édition des Jeux Olympiques d'hiver fut certainement la rencontre du tournoi féminin de hockey sur glace entre la Suisse et l'équipe commune formée par les deux Corées.

L'année 2018 a aussi été celle de la troisième édition des Jeux Olympiques de la Jeunesse qui vient de se dérouler en octobre en Amérique du Sud, plus précisément à Buenos Aires (Argentine).

La présente édition du Flambeau revient sur ces deux grands moments olympiques de l'année, alors que l'année 2019 pointe déjà à l'horizon avec plusieurs événements multisports au programme, dont notamment la 24^e édition des Jeux des Petits Etats d'Europe au Monténégro et la 2^e édition des Jeux Européens à Minsk (Belarus).

A côté des expériences que le Team Lëtzebuerg a pu vivre lors de ces événements multisports mondiaux, cette édition du Flambeau permet aussi de découvrir plusieurs autres sujets d'intérêt pour le mouvement sportif luxembourgeois.

A commencer par la présentation d'une nouvelle initiative dans le domaine de la médecine des sports : la « Paediatric ACL Monitoring Initiative », un outil qui se proposera de faire un suivi et d'observer la problématique des lésions du ligament croisé antérieur de l'enfant sportif via un réseau d'information, de référence et de collecte de données.

Une initiative intéressante sous forme de projet « Ecoles actives – Clever move » – permet de découvrir une expérience enrichissante pour l'organisation et le déroulement des cours scolaires au niveau de l'enseignement fondamental et qui se propose d'introduire au moins 15 à 20 minutes d'activités physiques supplémentaires chaque jour, que ce soit à un premier stade par le biais de « pauses actives », ou encore dans un deuxième stade à des activités qui développent et enrichissent l'apprentissage.



Un reportage d'anthologie revient sur les championnats du monde de cyclo-cross organisés en 1962 au Luxembourg, dont la lecture permet de rafraîchir les impressions récentes de ces mêmes Championnats revenus à Belvaux en 2017.

Finalement, je vous invite à découvrir une série d'autres articles, dont certains sont devenus des moments forts des éditions du Flambeau. Il en est ainsi de la rubrique «Que sont-ils devenus» consacrée cette fois-ci à Yves Clausse, ancien nageur qui a participé aux Jeux Olympiques de Seoul 1988 et de Barcelone 1992 ou encore des éditions 2018 du Spillfest et de l'Olympiadag. Et nous ne pouvons pas laisser entamer Gilles Müller sa fin de carrière de sportif professionnel sans lui tirer un grand coup de chapeau sous forme de quelques images fortes des Jeux Olympiques de Londres 2012 et de Rio de Janeiro 2016. Merci Gilles pour tous les moments forts et les grandes émotions que tu as permis de vivre au Team Lëtzebuerg et au-delà à toute une nation.

Sans oublier la mascotte des JPEE 2013 – Ready – dont le tour du monde continue, sans ne jamais s'arrêter, nous l'espérons.

Je vous souhaite une bonne lecture à tous !

Salutations sportives,

André **HOFFMANN**



TEAM LËTZEBUERG



Composition personnelle des cadres du COSL

Année 2019

Conférence de presse du 24 janvier 2019
Siège de BGL BNP PARIBAS





TEAM LËTZEBUERG



La révision des cadres du COSL 2018

Comme toutes les années, le COSL invitait la presse ainsi que les représentants des différentes fédérations au mois de janvier dans les locaux de BGL BNP Paribas pour assister à la présentation des cadres du COSL pour l'année 2019.

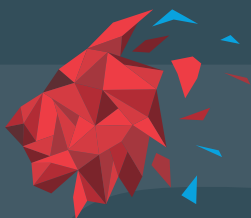
Les décisions prises le 21 janvier 2019 par le Conseil d'Administration, sur proposition du Bureau technique, avaient eu un écho globalement positif.



Cadre Elite

Année 2019 (par ordre alphabétique)

BERTEMES Bob (Athlétisme) | BETTENDORF Charlotte (Equitation) | BRANDENBURGER Pit (Natation) | DE NUTTE Sarah (Tennis de Table) | DRUCKER Jean-Pierre (Cyclisme) | EWEN Marcel (Equitation) | FAUTSCH Lis (Escrime) | GASTAUER Ben (Cyclisme) | GIANNOTTE Flavio (Escrime) | GLOD Eric (Tennis de Table) | GRETHEN Charles (Athlétisme) | HALLER Bob (Triathlon) | HENCKELS Jeff (Tir à l'Arc) | HENX Julien (Natation) | HOFFMANN Vera (Athlétisme) | JUNGELS Bob (Cyclisme) | KIRSCH Alex (Cyclisme) | KLEIN Pit (Tir à l'Arc) | KONSBRUCK Danielle (Tennis de Table) | MAJERUS Christine (Cyclisme) | MANN Robert (Badminton) | MATHIAS Charline (Athlétisme) | MEYNEN Julie (Natation) | MINELLA Mandy (Tennis) | MINY Marc (Tir aux Armes Sportives) | MLADENOVIC Luka (Tennis de Table) | NI Xia Lian (Tennis de Table) | NISSEN Søren (Cyclisme) | OLIVIER Monique (Natation) | PAYET Gregor (Triathlon) | PEREIRA Dylan (Sport Automobile) | SCHAUS Fabienne (Cyclisme) | SCHULZ Sascha (Equitation) | SKARSOE Fie Christine (Equitation) | SOSA Lyndon (Tir aux Armes Sportives) | STACCHIOTTI Raphaël (Natation) | WAGNER Nicolas (Equitation) | WARLING Jennifer (Karaté) | ZACHÄUS Stefan (Triathlon) | Equipe nationale dames (Tennis) | Equipe nationale hommes (Tennis) | Equipe nationale dames (Tennis de Table) | Equipe nationale hommes (Tennis de Table)



TEAM LËTZEBUERG



° seront évalués en avril 2019

Cadre Promotion

Année 2019 (par ordre alphabétique)

ARENDT Fanny **P1** (Athlétisme) | BAYANAA Bilgee **P6** (Judo) | BECCA Emma-Lou **P1** (Equitation) | BEGA Timo **P4** (Tir à l'Arc) | BERNA Allison **P2** (Karaté) | BIBERICH Philippe **P4** (Karaté) | DA SILVA LOUREIRO Fabio **P3** (Tir aux Armes Sportives) | DAMIT Lex **P3** (Athlétisme) | DANIËLS Eva **P1** (Triathlon) | EIDEN Kim **P5** (Judo) | ERPELDING Michel **P5** (Boxe) | FABIANI Rémi **P2** (Natation) | GENIETS Kevin **P6** (Cyclisme) | GÉRÉ Augustin° **P2** (Sports de Glace) | GORGES Oliver **P2** (Triathlon) | HARSCH Anne-Sophie **P3** (Cyclisme) | HILGER Philippe **P3** (Athlétisme) | HOFFMANN Laura **P2** (Karaté) | KATZENMEIER Michel **P2** (Tirs aux Armes Sportives) | KIEFFER Lena **P2** (Athlétisme) | KLEIN Joé **P3** (Tir à l'Arc) | KLUCKERS Arthur **P1** (Cyclisme) | LEYDER Pit **P5** (Cyclisme) | MOLINARO Eleonora **P4** (Tennis) | MORDENTI Céleste **P4** (Gymnastique) | MOSR Anetta **P2** (Judo) | MURPHY Caroline° **P2** (Sports de Glace) | MURPHY Peter° **P3** (Sports de Glace) | NELTING Kimberly **P2** (Karaté) | NEVES Jordan **P3** (Karaté) | NUNES DOS SANTOS Claudio **P2** (Judo) | OSCH Matthieu° **P3** (Ski Alpin) | RAUSCH Victoria **P6*** (Athlétisme) | RIES Michel **P2** (Cyclisme) | SAUBER Bob **P2** (Natation) | SCHLEICH Lola **P3** (Gymnastique) | SCHMITZ Jacques **P1** (Natation) | SONDERSKOV Mattias **P2** (Badminton) | TSHILUMBA Elodie **P6** (Athlétisme) | VAN DER WEKEN Patrizia **P6** (Athlétisme) | VANDERSCHRIK Stephan **P3** (Natation) | WEIS Charles **P2** (Golf) | WIRTGEN Luc **P2** (Cyclisme) | WIRTGEN Tom **P6*** (Cyclisme)

Mesures de promotion pour athlètes de sports collectifs

KOVAC Ben (Basketball) | Projet de promotion (Handball)

Modifications 2019 par rapport à 2018

Nouvelles admissions

Cadre Elite

KONSBRUCK Danielle (Tennis de Table) | MINY Marc Tir aux Armes (Sportives) | NISSEN Søren (Cyclisme) | SKARSOE Fie Christine (Equitation) | WAGNER Nicolas (Equitation) | Equipe nationale hommes (Tennis) | Equipe nationale hommes (Tennis de Table)

Cadre Promotion

ARENDT Fanny (Athlétisme) | BECCA Emma-Lou (Equitation) | BERNA Allison (Karaté) | DANIËLS Eva (Triathlon) | KLUCKERS Arthur (Cyclisme) | MORDENTI Céleste (Gymnastique) | SAUBER Bob (Natation) | SCHLEICH Lola (Gymnastique) | SCHMITZ Jacques (Natation) | WIRTGEN Luc (Cyclisme)

Progressions

GLOD Eric **P5** (Elite Tennis de Table) | HOFFMANN Vera **P6** (Elite Athlétisme) | MLADENOVIC **P4** (Elite Tennis de Table) | PAYET Gregor **P5** (Elite Triathlon)

Mesures de promotion pour athlètes de sports collectifs

Projet de promotion Handball

Non maintenus ou retraits volontaires

Cadre d'Elite

BETTENDORF Victor (Equitation) | DIDIER Laurent (Cyclisme) | DURBACH Manon (Judo) | MULLER Gilles (Tennis) | WEIER Christian (Equitation) | ZIMMER Mandy (Equitation)

Cadre Promotion

MANNES Max **P6** (Natation) | PARROTTA Tristan **P2*** (Cyclisme) | ROLKO Ricky **P4** (Natation) | SCHMIT Sylvie **P6*** (Tir aux Armes Sportives)

Mesures de promotion pour athlètes de sports collectifs

MACH Annalena (Volleyball)



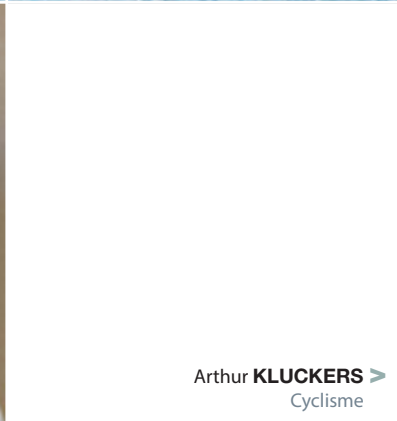
◀ Fanny **ARENDT**
Athlétisme



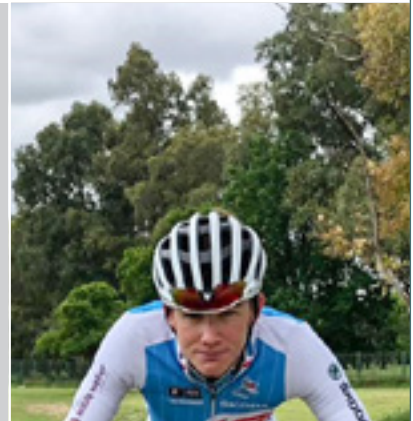
^ Jacques **SCHMITZ**
Natation



Berna **ALLISON** >
Karaté

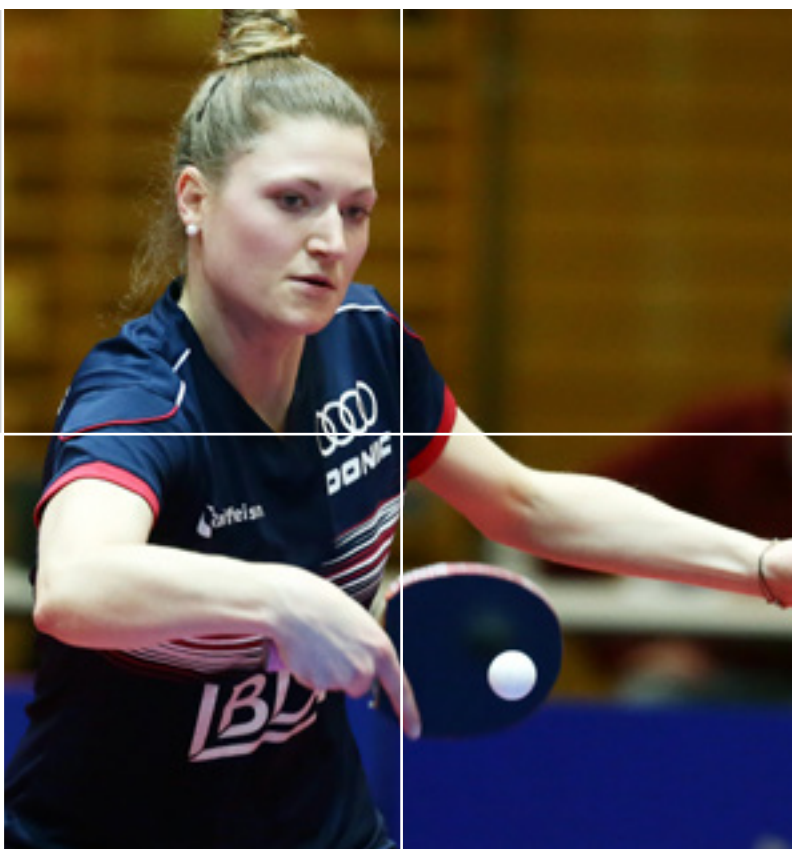


Arthur **KLUCKERS** >
Cyclisme



◀ Bob **SAUBER**
Natation

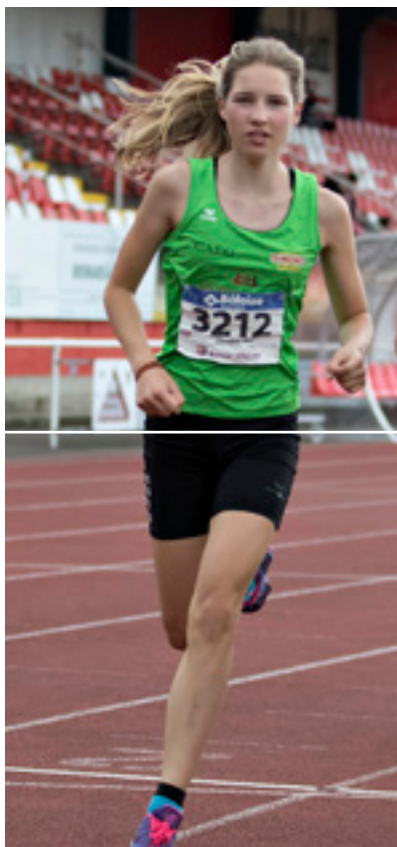
Danielle **KONSBRUCK** >
Tennis de Table



Eric **GLOD**
Tennis de Table
v

Luka **MLADENOVIC**
Tennis de Table
v





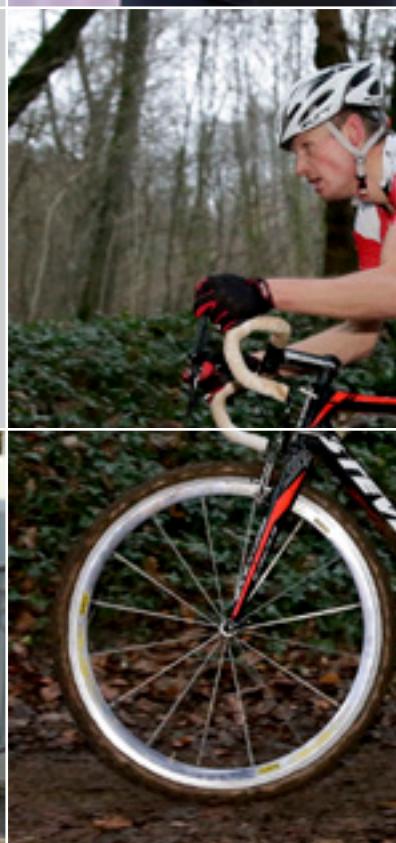
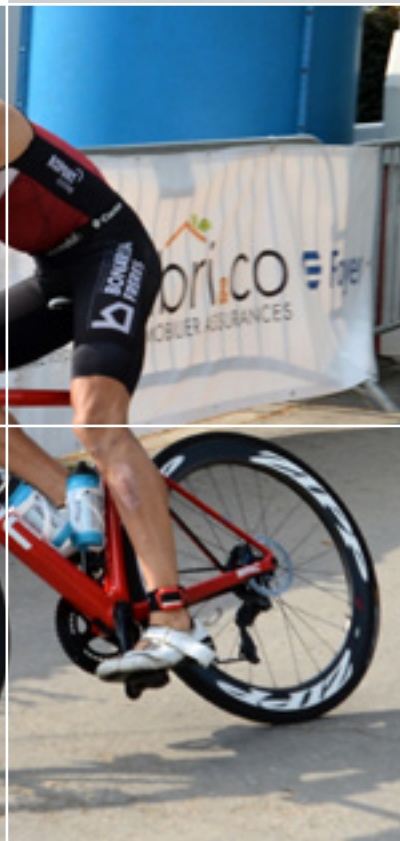
< Eva **DANIĒLS**
Triathlon

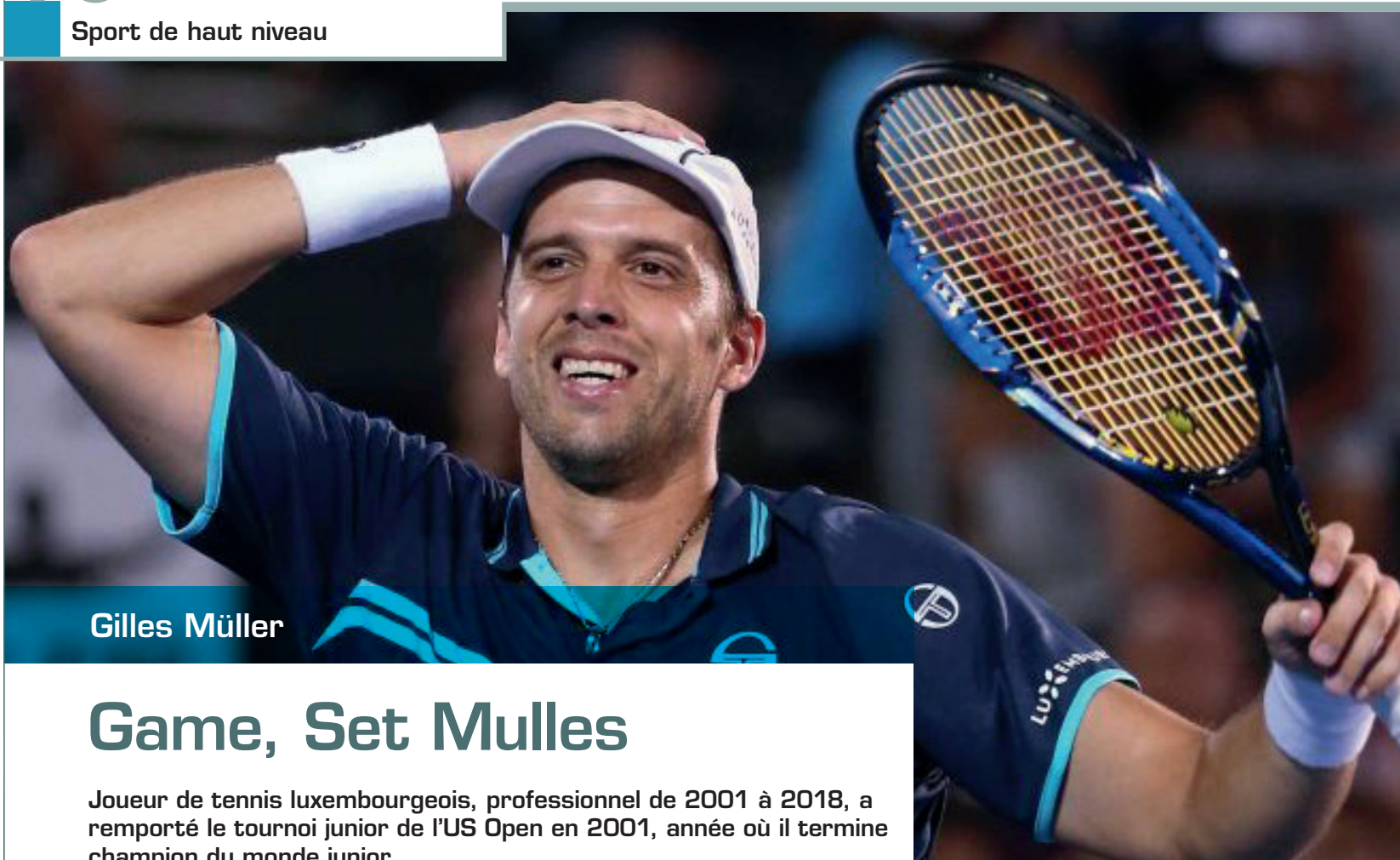


< Vera **HOFFMANN**
Athlétisme

Søren **NISSEN**
Cyclisme

Gregor **PAYET**
Cyclisme





Gilles Müller

Game, Set Mulles

Joueur de tennis luxembourgeois, professionnel de 2001 à 2018, a remporté le tournoi junior de l'US Open en 2001, année où il termine champion du monde junior



En 2017, victorieux de l'Open de Sydney en simple, il devient le premier tennisman luxembourgeois à remporter un titre ATP. Il avait auparavant atteint 5 autres finales sur le circuit principal, toutes perdues. La même année, il gagne un second titre à Bois-le-Duc.



Gilles Müller commence à jouer au tennis à l'âge de cinq ans. À 16 ans, il intègre pour une année la structure « Pôle France » du CREPS de Reims. En 2001, il devient professionnel et atteint la finale de Wimbledon junior, mais il est battu par le Suisse Roman Valent sur le score de 3-6, 7-5, 6-3. Quelques mois plus tard, il remporte l'US Open junior 2001 en battant le Taïwanais Wang Yeu-Tzuoo sur le score de 7-6, 6-2. Gilles Müller finit l'année en devenant champion du monde junior.

En 2004, il élimine Andre Agassi en demi-finales du tournoi de Washington, mais perd la finale contre Lleyton Hewitt. Lors du premier tour de l'US Open 2005, il bat Andy Roddick sur le score de 7-6, 7-6, 7-6.

Au deuxième tour de Wimbledon 2005, il bat Rafael Nadal sur le score de (6-4, 4-6, 6-3, 6-4). Comme il n'a pas été en mesure de confirmer les bons résultats obtenus en 2005, il a dû revenir jouer au niveau Chal-



lenger. Gilles Müller a déclaré avoir perdu confiance en lui, et s'est demandé s'il devait continuer à jouer au tennis, vu que les gains ne couvraient plus ses frais.

En 2008, à l'US Open, Gilles Müller, alors classé 130e mondial, doit passer par les qualifications. Il atteint le tableau principal, où il bat au premier tour Laurent Recouderc. Puis il gagne trois matchs consécutifs contre Tommy Haas (2-6, 2-6, 7-6, 6-3, 6-3), ensuite contre Nicolás Almagro (6-7, 3-6, 7-6, 7-6, 7-5) pour arriver pour la première fois, en deuxième semaine d'un Grand

Chelem. En huitième de finale, il bat le 5e mondial Nikolay Davydenko (6-4, 4-6, 6-3, 7-6), ce qui lui permet d'atteindre les quarts de finale d'un tournoi d'un Grand Chelem pour la première fois de sa carrière, mais il perd contre le futur champion Roger Federer sur le score de (6-7, 4-6, 6-7). Durant tout le tournoi, il réussit 128 aces.

Le 19 janvier 2009, Gilles Müller bat l'Espagnol Feliciano López sur le score de (6-3, 7-6, 4-6, 4-6, 16-14) dans un match épique de 4 h 24, lors du premier tour de l'Open d'Australie.



Lors de l'US Open 2011, il se qualifie pour les huitièmes de finale, battant notamment Ernests Gulbis au second tour, avant de tomber contre le futur finaliste, l'Espagnol Rafael Nadal 2^e mondial, (6-7, 1-6, 2-6).

À l'US Open 2012, il réussit un come-back de deux sets à rien contre Mikhail Youzhny, 2-6, 3-6, 7-5, 7-6, 7-6 (4 heures 23 minutes) en sauvant deux balles de matchs sur son service à 5/6 dans le tie break du quatrième set et à 5-6 dans le cinquième set.

En 2015, à l'Open d'Australie, il atteint les huitièmes de finale pour la première fois à Melbourne, après avoir battu notamment Roberto Bautista-Agut, tête de série no 13 (7-6, 1-6, 7-5, 6-1), et John Isner (no 19) (7-6, 7-6, 6-4) avant de perdre en 2h10 contre le no 1 mondial, Novak Djokovic (4-6, 5-7, 5-7). Il atteindra à la suite de ce tournoi son meilleur classement, avant de l'améliorer à nouveau.

Il atteint sa meilleure performance en Masters 1000 avec un huitième de finale au Masters de Montréal, en battant la tête de série no 15, Gaël Monfils (6-3, 3-6, 7-6), avant de perdre assez sèchement contre Andy Murray.



En 2016, il réalise de bonnes performances sur le gazon en atteignant deux nouvelles finales. D'abord à Bois-le-Duc en battant David Ferrer (4-6, 6-4, 7-6) en quart de finale, ensuite le Croate Ivo Karlović (7-6, 7-6) en demi-finale, mais il perdra contre le Français Nicolas Mahut (4-6, 4-6), alors favori. Un mois plus tard, à Newport, il perdra à nouveau contre Ivo Karlović (7-6, 6-7, 6-7).

En 2017, il dispute sa sixième finale au tournoi de Sydney, où il est tête de série no 6, après avoir battu Alexandr Dolgoplov



au premier tour, ensuite Pablo Cuevas, (7-6, 6-4) en quart de finale et Viktor Troicki (6-3, 7-6) en demi-finale alors que ce dernier était invaincu depuis 13 matches dans ce tournoi. Il s'impose contre Daniel Evans (7-6, 6-2) en finale, et remporte ainsi, à 33 ans, son premier titre de sa carrière.

En juin sur gazon, il remporte son second titre ATP à Bois-le-Duc en battant Ivo Karlović en finale (7-6, 7-6), après s'être imposé en demi-finale contre le 10e mondial, Alexander Zverev (7-6, 6-2). Il continue sur

sa lancée au tournoi du Queen's, en se qualifiant pour la demi-finale, après des victoires sur Nikoloz Basilashvili, Sam Querrey et le 10e mondial, Jo-Wilfried Tsonga (6-4, 6-4). Il est battu par le 7e mondial, Marin Čilić (3-6, 7-5, 4-6) aux portes de la finale mais confirme sa bonne forme du moment.

À Wimbledon, Gilles Müller réalise son meilleur parcours en parvenant jusqu'en quart de finale. Il passe Márton Fucsovics, puis s'impose contre Lukáš Rosol (7-5, 6-7, 4-6, 6-3, 9-7) tout en réalisant pas moins

de 45 aces. Sans trop de difficulté, il élimine Aljaž Bedene sans perdre de set pour affronter au tour suivant le no 2 mondial Rafael Nadal. Il s'impose au bout d'un match marathon de 4 h 47 (6-3, 6-4, 3-6, 4-6, 15-13) en réalisant 30 aces, 95 coups gagnants et 52 fautes directes. Il accède aux quarts de finale pour une revanche contre le 6e mondial Marin Čilić. Dans un match de trois heures et demie, il mène d'abord le match mais manque des occasions pour conclure les deuxième et troisième sets, avant de lâcher physiquement dans la 5e manche (6-3, 6-7, 5-7, 7-5, 1-6).

Il arrête sa carrière après sa défaite au premier tour de l'US Open 2018.

Gilles Müller mérite par ailleurs d'être reconnu pour la qualité de son service. Il réussit des aces sans nécessairement s'appuyer sur une qualité de vitesse extraordinaire – ses premières balles sont régulièrement frappées entre 190 et 200 km/h, et très rarement au-dessus de 205 km/h. En revanche, en tant que gaucher, Gilles Müller travaille beaucoup ses effets, ce qui rend sa mise en jeu difficile à retourner – l'adversaire peut s'attendre par exemple à un service très slicé (de gauche à droite dans le cas de Müller) et recevoir une première balle frappée sans effet sur la ligne médiane. Ce travail considérable sur les trajectoires permet au joueur Luxembourgeois de ne pas forcer la vitesse. Gilles Müller est un des meilleurs serveurs au monde.

Source : Wikipédia 14 novembre 2018

PARCOURS OLYMPIQUE

Résultats Londres 2012

Au premier tour du tournoi olympique, Gilles Muller (ATP 56) n'a fait qu'une bouchée du Roumain Adrian Ungur (98). Un break dans la première manche, deux dans la seconde, ont suffi au grand gaucher pour fondre sur l'Ouzbèque Denis Istomin (34), tombeur de Fernando Verdasco (16). Au 2^e tour le Schifflangeois perd contre Denis Istomin (35) après deux balles de match ratées dans la seconde manche et fini par s'incliner 7-6 (4), 6-7 (3), 5-7.

Résultats Rio 2016

MULLER Gilles (LUX) – JANOWICZ Jerzy (POL) 5-7, 6-1, 7-6
MULLER Gilles (LUX) – TSONGA Jo-Wilfried (FRA) 6-4, 6-3 (10)
BAUTISTA AGUT Roberto (ESP) – MULLER Gilles (LUX) 6-4, 7-6 (4)

Titres en simple messieurs

Date	Nom et lieu du tournoi	Catégorie	Dotation	Surface	Finaliste	Score
08-01-2017	Apia International Sydney, Sydney	ATP 250	437.380 \$	Dur (ext.)	Daniel Evans	7-6 ⁵ , 6-2
12-06-2017	Ricoh Open, Bois-le-Duc	ATP 250	589.185 €	Gazon (ext.)	Ivo Karlović	7-6 ⁵ , 7-6 ⁴



Olympic Winter Games

Pyeongchang 2018

9. – 25. Februar 2018





BUCKLE UP



Vom 09. bis 25. Februar 2018 wurden in Pyeongchang (Südkorea) die „XXXIII“ Olympischen Winterspiele organisiert. Nach Seoul (Sommerspiele 1988) fanden die ersten Winterspiele auf koreanischem Boden in der Region Pyeongchang im östlichen Teil des Landes statt. Die Sportstätten waren dabei zwei Hauptbereichen zugeordnet: Der Bergregion „Pyeongchang Mountain Cluster“ mit dem Schwerpunkt Schneesport, Bob- und Schlittenevents und der Küstenregion „Gangneung Coastal Cluster“ mit hauptsächlich Eissport. Um die Anreisewege für die Athleten und Supportteams möglichst kurz zu halten, waren beiden „Clustern“ jeweils ein komplettes Athletendorf mit allen Infrastrukturen (Klinik, Verpflegung, Transport, Information, etc.) zugeordnet.

Mit einem Alpinathleten im Team war die Luxemburger Mannschaft im Mountain

Village untergebracht. In den 8 Wohntürmen mit 15 Stockwerken hatten wir ein Apartment mit drei Schlafzimmern im „Penthouse“, dem 15. Stockwerk, erwischt. Die beste Aussicht, kilometerweit über die umliegenden Berggipfel hinweg, war allerdings in der Rushhour zu den Mahlzeiten und dem Ausschwärmen zu den Wettkampfstätten oft mit längeren Wartezeiten erkaufte. Die (nur) zwei engen Fahrstühle pro Wohnturmtrakt waren zu diesen Zeiten definitiv nicht ausreichend. Man gewöhnte sich allerdings schnell daran, konnte die Wartezeiten bald gut abschätzen und in den eigenen Zeitplan einbauen. Dabei lernte man auch die vielen Begegnungen mit den Hausbewohnern aus anderen Teams und die interessanten Unterhaltungen besonders zu schätzen.

Für die rund 2900 Athleten aus 93 NOKs gab es in 15 Sportarten mit 102 Events 307

Medaillen zu gewinnen. Dabei waren bei der Anzahl der teilnehmenden Olympischen Komitees zwei „Sonderfälle“ zu vermerken: Die gemischte Mannschaft aus Süd- und Nordkorea im Eishockey und die „Olympischen Athleten aus Russland“, die unter IOC Flagge starteten (wegen der Dopingfälle besonders in Sotchi versagte das IOC einen Start unter Russischer Flagge).

Die Politik

Es gibt ganz unterschiedliche Meinungen unter den Vertretern der NOKs, inwieweit und wie stark politische Einflüsse auf die Vergabe und Organisation von Olympischen Spielen wirken. Im Falle der Pyeongchang Games muss man festhalten, dass die politische Dimension der Spiele im Vorfeld und während der Durchführung allgegenwärtig war. Mit der Eingliederung der Athleten



Nordkoreas, dem gemeinsamen Einmarsch der Athleten aus Nord- und Südkorea und den gemischten Eishockey Teams wurden deutliche Zeichen der Annäherung, initiiert über die Olympischen Spiele, gesendet. IOC Präsident Thomas Bach nahm diese Thematik herausstechend in seiner Rede während der Eröffnungsfeier auf und sagte: „... für die einzigartige Kraft des Sports, Menschen zu vereinen“. „Alle Athleten um mich herum, alle Zuschauer hier im Stadion und alle Olympia-Fans, die rund um die Welt zuschauen... Wir alle sind von dieser wunderbaren Geste berührt“. „Wir alle schließen uns Ihnen an und unterstützen Sie in Ihrer Friedensbotschaft.“ In einer Betrachtung der Ereignisse nach den Spielen in 2018 ist man sogar geneigt, in Bezug auf die Entwicklung der Gespräche zwischen Süd- und Nordkorea, von einer nachhaltigen Wirkung zu sprechen.

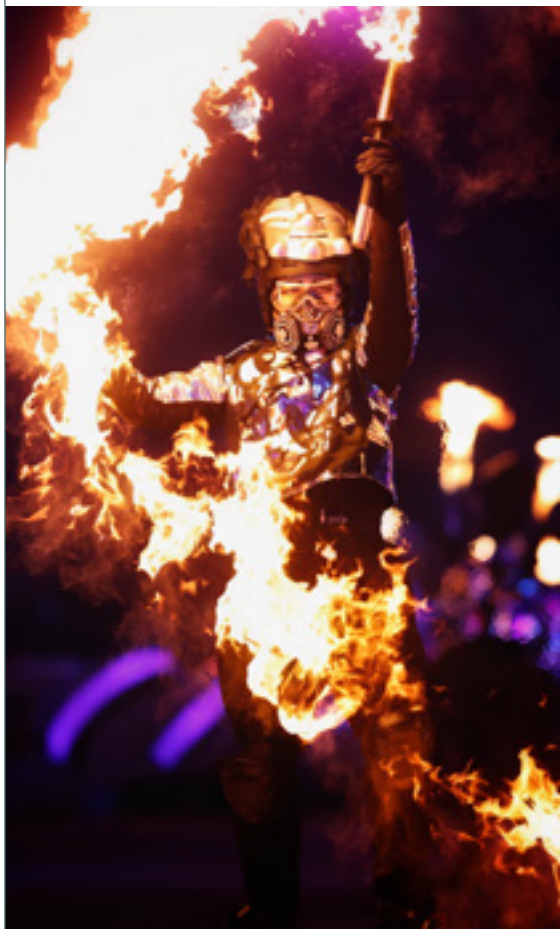
Eine Gruppe von mehr als 200 Cheerleaderinnen aus Nordkorea (die Pom-Pom Girls, wie sie unter den Athleten genannt wurden), sorgten dann mit ihrer regelmäßigen Anwesenheit auf den Wettkampfstätten und ihrer ausgefeilten Jubelkoreographie dafür, dass die ganze Welt täglich an diesen besonderen Prozess erinnert wurde.

Die Kälte

Trotz zahlreicher Tage mit herrlichem Sonnenschein herrschte besonders in der ersten Woche der Spiele eine eisige Kälte. Die im Olympischen Dorf gemessenen -15 bis -20 Grad wurden mit dem Windchill auf den Berghängen oft zu gefühlten -30 Grad und mehr. Man konnte nur alle Athleten bewundern, die unter diesen Bedingungen, zum Teil mit Tape beklebter Gesichtshaut, so viele hervorragende Leistungen schafften.

Besonders imposant waren die Skispringer, deren Anlauframpe völlig ungeschützt auf einem Berggipfel platziert war. Bei oft starkem Wind während der Konkurrenz war ein häufiges Absteigen vom Startbalken notwendig (Sekunden Regel), so dass sie oft mehrere Minuten den Witterungsbedingungen ausgesetzt waren, bevor sie in die Anlaufspur gleiten konnten. Sie machten trotzdem spannende Wettkampfhightlights daraus.

Athleten sind kreativ! Schon vor der Eröffnungsfeier entwickelte sich ein reges „Underground Life“ in den miteinander verbundenen Kellern und Parkgaragen, die sich unter allen Wohnblocks befanden. Der Weg zur „Dining Hall“ und „Transport Mall“ wurde geschützt unterirdisch absolviert, die Skispringer übten ihre Absprünge auf selbstgebauten kleinen Rampen in den



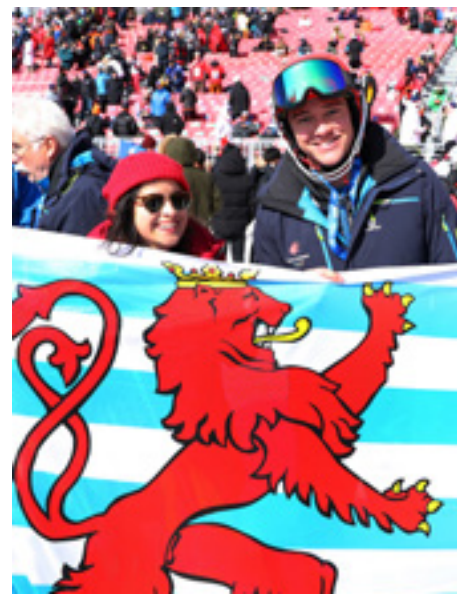
Garagen und es war auch genug Platz für ein schnell organisiertes Volleyball oder Fußballspiel zum Aufwärmen.

Außersportliche Events

Die Eröffnungs- und Schlussfeier waren auch in Südkorea aufwendig gestaltet. Mit dem Motto „Frieden und Bewegung“ passte man sich dabei dem gemeinsamen Einmarsch der koreanischen Teams symbolträchtig an. Die Show war (wie leider immer) von den Athleten nur teilweise live zu verfolgen, da sie bis zum Einmarsch in der Mitte des Eröffnungsprogramms vor dem Stadion warten mussten. Dazu ist die Tendenz, diese

Veranstaltungen von live Events immer mehr zu reinen TV Events zu machen, ungebrochen. Von den modernen Gestaltungsmöglichkeiten getragen, erlebt man diese „Shows“ dann noch deutlich imposanter am Fernsehschirm als im Stadion selber.

Für das Team Lëtzebuerg war die Benennung des Fahnenträgers mit nur einem



Athleten im Team diesmal natürlich reine Formsache ohne einen vorangehenden Entscheidungsprozess. Wir können Mathieu aber bestätigen, dass er seine Aufgabe als „Flagbearer“ perfekt erledigt hat. Lediglich die Marschrichtung wich, sicher beeinflusst von der imposanten Geräuschkulisse des ausverkauften Stadions, zeitweise von der geplanten Ideallinie ab.

Traditionell ist für Luxemburger Olympia-mannschaften die „Welcome Ceremony“ ein Highlight. Bei der Begrüßung des Teams im „Olympic Village“ am 07. Februar durch den Bürgermeister mit feierlichem Hissen der Nationalflagge und dem Austausch von Erinnerungsgeschenken, war auch in



대한민국

대한민국



Pyeongchang die „Olympic Family“ Luxemburgs namhaft vertreten: An der Spitze unser Großherzog, der sich zur großen Freude aller Olympiamannschaften Luxembourgs eine Teilnahme nicht entgehen lässt, die Botschaft aus Tokyo mit der Botschafterin an der Spitze, Präsident und Generalsekretär des COSL und hochrangige geladene Gäste Luxemburgs aus Seoul.

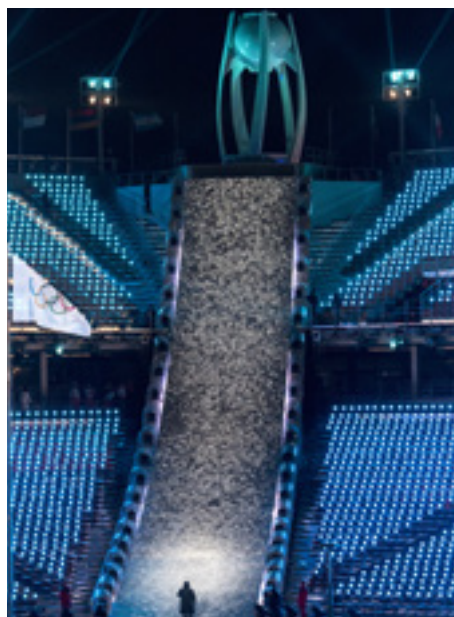
Ein besonderes Highlight für unser Ski Team entwickelte sich dann in den Gesprächen nach dem offiziellen Teil: Für den Vormittag des nächsten Tages wurde spontan eine gemeinsame Besichtigung der Rennpisten auf Skiern mit dem Großherzog geplant. Dass daraus dann ein ausgiebiges Rennttraining auch auf schwierigen Abschnitten wurde, belegt einmal mehr die große Begeisterung unseres Staatsoberhauptes für den Sport und der große Respekt für die erbrachte Leistung. Die ausgezeichneten technischen Fertigkeiten waren in jedem Bericht unseres Ski Teams zu spüren. Nur die koreanischen Sicherheitskräfte, deren Ski Fähigkeiten nicht überdurchschnittlich ausgeprägt waren, erlebten einen schwierigen Vormittag.

Fans

Eine große Überraschung erlebte Mathieu bei seinem Slalomstart in der zweiten

Woche: Eine Gruppe von über 20 jungen Koreanern, organisiert von Youn-Hee Kim (Leiterin Trade und Investment Office Luxembourg in Seoul), reisten für Mathieus Rennen mit einem Bus aus Seoul an, um ihn zu unterstützen. Als er im Ziel ankam, wurde er von allen umringt und lautstark gefeiert. Es gesellten sich zahlreiche „neutrale“ Zuschauer in diese „Fantraube“ und unzählige Autogramme mussten gegeben werden und mindestens ebenso viele Selfie Wünsche wurden erfüllt. Mit Sicherheit ein unvergessliches Erlebnis.

Danke Youn-Hee für diese großartige Idee!



Mathieu

Die Ergebnisse des Riesenslaloms und des Slaloms sind an aktueller Stelle ausgiebig diskutiert und bewertet worden. Zurückschauend kann man jetzt aber auch die Frage, ob sich das ganze gelohnt habe, etwas besser beantworten.

Ja, es hat sich gelohnt. Mathieu hat trotz der großen zeitlichen Beanspruchung durch die Vorbereitung und die Teilnahme an Olympia sein Abitur im Sommer 2018 im ersten Anlauf geschafft. Er arbeitet weiterhin hochmotiviert und zielgerichtet an der Verbesserung seines Leistungspotentials und kämpft um Anschlussleistungen zur Weltspitze. Wir wünschen ihm viel Erfolg dabei.

Wir können alle gespannt sein, wie es weitergeht.

Während der Anwesenheit in Pyeongchang hat das kleine Luxemburger Ski Team jeden Tag absolut professionell gearbeitet, es konnte ein riesig großes Erfahrungspaket mit nach Hause genommen werden.

Mathieu, Gilles, Jean-Louis, vielen Dank für die tolle Zusammenarbeit. Es ist immer eine besondere Freude Euch begleiten und unterstützen zu können.



Premiers Jeux Olympiques d'hiver de Béatrice Kirsch

Ambassadeur non-résident du Luxembourg en République de Corée, avec résidence à Tokyo

Impressions

Quelles ont été vos impressions générales des sites olympiques de PyeongChang

BK Les sites olympiques des JO hiver 2018 à PyeongChang étaient éparpillés sur une région assez vaste au Nord de la République de Corée, non loin de la frontière avec la Corée du Nord. Les montagnes avec leur profil rugueux sont impressionnantes, surtout aux endroits où la montagne rejoint la mer. Les températures, à -28 degrés Celsius, étaient également impressionnantes, mais les organisateurs étaient bien préparés pour assurer aux spectateurs des compétitions une expérience aussi agréable que possible.

Quelles ont été vos impressions des Jeux Olympiques et tant qu'événement multisport d'ordre mondial

BK Après avoir vécu les JO de Londres en 2012 en tant que membre de notre Ambassade au Royaume-Uni, j'ai pu compléter « mon expérience » olympique avec des jeux d'hiver, cette fois-ci en tant qu'Ambassadeur, ce qui a nettement haussé les pressions. Les cérémonies d'ouverture et de clôture sont aussi impressionnantes lors des jeux d'hiver que lors des jeux d'été – peut-être plus – vu le froid auquel les athlètes et leurs équipes doivent faire face. Le rassemblement de tant de nationalités en un seul endroit est toujours extraordinaire, de même que l'atmosphère toute particulière qui se développe de ce mélange caractéristique où tout le monde est en

compétition tout en contribuant à la même cause olympique.

Quelles ont été vos impressions du Team Lëtzebuerg PyeongChang 2018

BK Le Team Lëtzebuerg était petit, mais bien préparé et bien encadré. Il était bien accueilli également, étant donné que SAR le Grand-Duc était présent lors de la cérémonie de bienvenue au village olympique, une cérémonie charmante et chaleureuse, réservée aux athlètes et leur entourage. Étaient également présents : le consul honoraire du Luxembourg en République de Corée, M. YC Hong, dont le soutien et l'appui logistique ont joué un rôle clé dans le bon déroulement de la visite des délégations luxembourgeoises à PyeongChang, ainsi que l'Ambassadeur et son Adjoint, M. Christian Müller. Mme YounHee Kim du Luxembourg Trade and Investment office à Seoul, avait même rassemblé un petit groupe d'admirateurs pour accueillir notre athlète Matthieu Osch à la fin de sa compétition, ce qui avait non seulement plu à Matthieu mais avait même causé un certain remous du côté des spectateurs.

Impacts géopolitiques des JO PyeongChang 2018

BK Les semaines précédant l'ouverture des JO Hiver de PyeongChang, la presse internationale avait bien reporté en grands détails les implications politiques, stratégiques mais surtout sécuritaires des jeux, non seulement pour la péninsule coréenne et

la région, mais également les implications internationales. Le gouvernement coréen a fait tout son possible pour assurer que ces JO Hiver 2018 soient un succès, y compris passer une trêve avec le voisin du Nord et trouver un terrain commun d'entente. Il nous était ainsi possible, lors de plusieurs événements, non seulement de voir des athlètes mais surtout des « cheerleaders » nord coréennes en action – un spectacle extraordinaire. Le match de hockey de l'équipe conjointe de la Corée du Sud et du Nord contre la Suisse restera également dans les mémoires.

Comment se présente la ville de Tokyo à 20 mois des JO de 2020

BK Les préparatifs pour les JO 2020 à Tokyo vont de bon train. Rien qu'au cours des 12 derniers mois les progrès réalisés en termes d'infrastructures olympiques sont considérables, ce que le COSL a pu constater lors de ses visites régulières. Les organisateurs japonais feront tout ce qui est possible pour que les JO 2020 soient un succès et une expérience agréable pour les spectateurs. Le plus grand challenge pour les athlètes comme pour les spectateurs sera le climat d'août à Tokyo. La chaleur et l'humidité peuvent être difficiles à gérer. Les derniers JO à Tokyo en 1964 étaient en octobre, ce qui est une saison très agréable au Japon. Je suis cependant confiante que les organisateurs japonais seront à même d'assurer des Jeux Olympiques et Paralympiques impressionnants, voire inoubliables.

Béatrice Kirsch, Luxembourg 17/08/2018



Jeux Olympiques d'Hiver de PyeongChang 2018

Impressions de Son Altesse Royale le Grand-Duc Henri

membre depuis 1998 du Comité International Olympique et membre de droit du Conseil d'administration du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois

Monseigneur,

comment avez-vous vécu la Corée du Sud, et les sites des Jeux Olympiques à PyeongChang 2018 ? Quelles ont été vos impressions de manière plus générale ?

MS L'organisation a été extrêmement bien réalisée, le site des différents sports splendide et l'accueil des Coréens particulièrement chaleureux. J'ai assisté avec grande joie aux manifestations sportives. Je me

souviens aussi du froid extrême qui a régné durant ces journées, mais grâce notamment au progrès réalisé en matière vestimentaire nous y avons très bien résisté. . .

Quels ont été vos moments forts des Jeux Olympiques de PyeongChang 2018 ?

MS D'abord la magnifique cérémonie d'ouverture des Jeux le 9 février qui s'est déroulée sous le signe de la réconciliation des deux Corées. Ensuite la rencontre du

tournoi féminin de hockey sur glace entre la Suisse et l'équipe commune formée par les deux Corées. Il a été très encourageant d'assister à ces gestes symboliques d'apaisement que l'on n'avait pas vus depuis plus d'une décennie. Les Jeux furent un moment de détente entre les deux Etats, une sorte de réminiscence de la « trêve olympique » antique. C'est bien plus qu'anecdotique, même si nous savons que l'actualité quotidienne reste très compliquée entre les deux Etats.

Malheureusement je n'ai pu assister qu'à quatre jours de compétition, ce qui ne m'a pas laissé beaucoup d'opportunités pour aller voir les épreuves. Je regrette de ne pas avoir pu vivre les départs de notre skieur Matthieu Osch en slalom géant et en slalom. Mais j'ai eu le plaisir d'assister à des épreuves superbes de saut au tremplin, de ski acrobatique et de hockey sur glace.



Comment avez-vous suivi le Team Lëtzebuerg PyeongChang 2018 ? Avez-vous eu l'opportunité de rencontrer l'unique athlète du Team Lëtzebuerg Matthieu Osch ?

MS J'ai eu la chance d'être présent au village olympique lors de la montée du drapeau luxembourgeois avec l'ensemble du Team

Lëtzebuerg dont M. Osch. Et j'ai eu l'occasion de skier quelques heures avec Matthieu Osch et l'ensemble de l'équipe luxembourgeoise, ce qui m'a fait très plaisir et m'a donné l'occasion de mieux connaître notre athlète.

Que pensez-vous des signes encourageants lancés à travers l'olympisme et le mouvement olympique avant et pendant les Jeux Olympiques de PyeongChang 2018 ? Est-ce que le mouvement olympique peut gagner en valeur à travers ces signes, voire le suivi qui y est réservé ?

MS Evidemment la question des discussions politiques entre les deux Corées a été omniprésente. En tant que membre du Comité International Olympique, je suis très fier du fait que l'Olympisme ait pu contribuer à ce rapprochement politique. J'ai eu personnellement l'occasion de rencontrer le président de la Corée du Sud, M. Moon Jae-In, et M. Kim Yong Nam, président du Présidium de l'Assemblée populaire suprême, qui est le chef d'Etat protocolaire de la Corée du Nord. L'ambiance à ce moment-là était très encourageante. J'espère de tout mon cœur que ces signes d'apaisement auront des suites durables pour l'ensemble de la péninsule coréenne.

Bien sûr, le Mouvement olympique réaffirme à travers ses valeurs et son action son rôle de pacificateur afin de bâtir un monde meilleur et plus harmonieux.

Youth Olympic Summer Games Buenos Aires 2018

BUENOS
AIRES
2018



Die dritten Youth Olympic Summer Games (nach Singapur 2010 und Nanjing 2014) waren besondere Spiele. Vom 06.–18. Oktober 2018 trafen sich die Eliten der Nachwuchssportler, entsendet von 206 NOKs, in Buenos Aires. Mit nahezu 4.000 Athleten ist dieses weltweit größte Nachwuchsevent deutlich größer als die Olympischen Winterspiele oder die European Games. Die Teilnahme aller NOKs spricht auch für die außergewöhnliche Bedeutung, wenn auch die Qualität der Besetzungen von Sportart zu Sportart durchaus unterschiedlich angestiegen wurde.

In 32 Sportarten mit 239 Events wurden insgesamt 744 Medaillen vergeben, eine Teammedaille davon für Luxemburg, „the first ever“ bei Youth Olympic Games, aber darauf kommen wir später noch zurück.

Wenn wir ehrlich sind, gab es einige Bedenken, ob ein von Wirtschaftskrisen betroffenes Land so eine gewaltige Veranstaltung meistern könnte. Mit den gemischten Gefühlen der Rio Games im Gepäck, konnte auch das Chef de Mission Meeting im April 2018 in Buenos Aires nicht alle Zweifel ausräumen. Zu viele Fragen blieben ungeklärt,

insbesondere die stark auf organisatorische Details bedachten Europäer entdeckten doch etliche Lücken in der Planung. Die Realität im Oktober überzeugte dann aber zur Entspannung aller Teamleitungen mit gut organisierten Spielen.

Das vier Zonen Konzept

Die Sportstätten für die 32 Sportarten waren in vier Zonen zusammengefasst, die auf bestehenden Infrastrukturen aufbauten und durch temporäre oder permanente Neubauten ergänzt wurden.

Green Park, eine langgestreckte Grünzone im Norden des Stadtzentrums, nahe der Küste und des Hafens, beherbergte Triathlon, Straßenradfahren, Mountainbike, Tennis, Reitsport und Beach Volleyball.

Techno Park, ein Messegelände mit „Industrie- und Sciencepark“ im Nordwesten des Stadtzentrums bot Tischtennis, Badminton, Futsal, Schießsport, Bogenschießen und Beach Handball eine sportliche Heimat.

Der **Urban Park** erstreckte sich östlich des Stadtzentrums entlang der „Rio de la Plata Riverbanks“ und der alten Hafendocks in Puerto Madero. Hier waren die Sportarten Rudern, Kanu, 3/3 Basketball, Sportklettern und Tanzsport zu beobachten.

Olympic Park: Im Süden des Stadtzentrums, nicht weit entfernt vom Internationalen Flughafen, der Buenos Aires Motorsport Rennstrecke und dem berühmten Zentrum des Argentinischen Fußballverbandes gelegen, war ein moderner Sportpark inmitten einer riesigen Grünanlage entstanden. Leichtathletik, Schwimmen, Turnen, Rhythmische Sportgymnastik, Boxen, Taekwondo, Karate Ringen und Fechten konnten sich hier über hervorragende Sportanlagen freuen und ihre Wettkämpfe störungsfrei organisieren. Dieser Sportpark wird für die kommenden Jahre das neue Trainingszentrum für den Leistungssport in Argentinien bilden. Wir können nur hoffen, dass eine bessere Umsetzung dieser Planung als in Rio de Janeiro gelingt.

Gemeinsam hatten alle vier Zonen das „Mittmachkonzept“. Passend zu den jeweiligen Sportarten waren unterschiedliche „Ateliers“ mit Animatoren oder kleine Stationen mit hohem Aufforderungscharakter zum Ausprobieren über die Parks verstreut. Besonders an den Wochenenden ging dieser Plan voll auf. Man musste nicht auf die Statistiken zurückgreifen, die Menschenmassen mit der gefühlten Gesamtheit aller Schulklassen aus Buenos Aires, die sich bei den Angeboten drängten, sprachen eine eindeutige Sprache. Diese geniale Mischung aus Spitzennachwuchssport schauen, Sportarten kennenlernen und direkt selber ausprobieren für alle Bevölkerungsgruppen in Buenos Aires wird als ein absolutes

Highlight dieser YOG in Erinnerung bleiben. Man kann gespannt auf die nachhaltige Wirkung sein.



Das „Athletes Village“

Ein weiteres Highlight der Spiele mit direktem Einfluss auf alle Athleten und Betreuer war direkt nach überqueren einer Straße nördlich des Olympic Park zu bewundern. Das Athletes Village, komplett neu gebaut, kompakt und funktionell konzipiert, bot den Teams aus der ganzen Welt eine echte Heimat für die 14 Tage der Youth Olympic Games. Zahlreiche optimal verteilte Freizeiteinrichtungen und Begegnungsstätten, dazu die zahlreichen Events des „Educational Programmes“, die nahtlos in die Wettkampfpläne eingepasst waren, ließen die geplante Kommunikationsförderung unter den jungen Athleten (und natürlich auch unter Trainern und Betreuern) tatsächlich Wirklichkeit werden. So wurde dann auch schon kurze Zeit nach Einzug in die Apartments von allen Teilnehmern der spezielle „Village Vibe“ als eine positive Gesamtstimmung wahrgenommen.

Die Organisation

Das vier Zonen Konzept, mit dem Olympic Village im Süden des Stadtzentrums, brachte für das Transportsystem große Herausforderungen mit sich. Insbesondere der

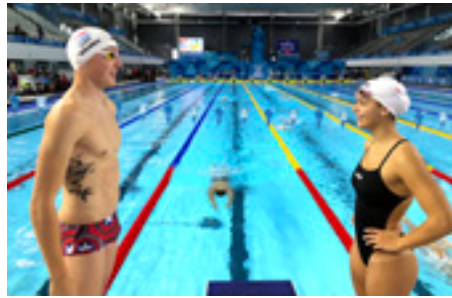


Transfer in die Nordzonen Green Park und Techno Park, der immer durch die Innenstadt führte, ergab während der Rushhour Zeiten auch teilweise Anreiseweiten von über 90 Minuten. Generell funktionierte das Transportsystem aber sehr gut. Mit einem ausgeklügelten Fahrplan mit bei Bedarf hohen Busfrequenzen und optimal vernetzten Strecken mit Umsteigemöglichkeiten, ließen sich alle Zonen passend zum Wettkampfplan erreichen. Unterstützt wurde dieses System durch einen Mittelstreifen auf der Stadtautobahn in Richtung Athletes Village, der nur für offizielle Transportfahrzeuge befahrbar war und der die Fahrerrichtung zu Rushhour Zeiten jeweils passend wechselte. Mit einer Smartphone App und einem downloadbaren PDF Fahrplan konnte man sich bei den guten Internetverbindungen auch unterwegs immer gut orientieren.

Alle Wettkämpfe, an denen unsere Athleten teilgenommen haben, waren nahezu perfekt organisiert. Die Handschrift der zahlreichen Experten der Internationalen Fachverbände war deutlich sichtbar und spürbar. Auch die anfangs schleppende Information direkt zu den Wettkämpfen (Start- und Resultatslisten) verbesserte sich stetig.

Einzig die Ernährung im Athletes Village konnte diese hohen Organisationsstandards bis zum Ende der YOG nicht erreichen. Wenig Auswahl über die 14 Tage, Schwie-

rigkeiten der Angebotsanpassung an den Bedarf, Nachschubprobleme während „Rush Zeiten“ und absolut nicht ausreichendes Personal, führte an einigen Tagen zu wahren „Schlachten“ um die besten Plätze an den Ausgabelinseln. Da Teile unseres Teams auch oft den ganzen Tag unterwegs waren, nutzten wir dann die Möglichkeit, die Ernährung mit Restaurantbesuchen aufzubessern. Der Währungsverfall in Argentinien um nahezu 50% von April bis Oktober 2018 schonte unser Budget dabei natürlich in einer außergewöhnlichen Weise.



Die einzigartigen Erfahrungen, die nur aus der Teilnahme an YOGs mitzunehmen sind, werden jeden Einzelnen aus dem Team weiterbringen. Wesentliche Eigenschaften für eine erfolgreiche Zukunft, wie Selbstvertrauen und auch die Fähigkeit zu eigenver-



„Opening Ceremony“

250.000 Zuschauer sollen am 06. Oktober im Stadtzentrum von Buenos Aires dabei gewesen sein. Wenn man die Menschenmassen um den „Obelisco“, die 67 Meter hohe Säule auf dem „Plaza de la República“, erlebt hat, kann man diese absolute Rekordzahl für Besucher bei einer Eröffnungsfeier auf jeden Fall glauben. Auf der Bühne vor dem Wahrzeichen entwickelte sich eine typisch südamerikanische Show mit lauter Musik, einer professionellen Tangotänzer Gruppe und Drahtseilartisten, die auf dem Obelisken alle Sportarten simulierten. Ein mitreißendes Erlebnis für alle Teilnehmer, das in der Argentinischen Presse als herausragendes Event gefeiert wurde.

Unser Team

Mit Lena und Fanny (Leichtathletik), Eleonora (Tennis), Eva (Triathlon), Maria und Bob

(Schwimmen), Laetitia, Nina, Arthur und Nicolas (Rad) hatten sich 10 Athleten-innen in 5 Sportarten für diese Youth Olympic Games mit zum Teil herausragenden Qualifikationsleistungen eine Selektion des COSL absolut verdient. Nach den 5 Teilnehmern in Singapur und 4 Teilnehmern in Nanjing ist dies eine besondere Leistung für den Nachwuchsleistungssport in Luxemburg und gibt auch viel Raum für Zukunftsvisionen.

Auch wenn nicht alle ihr hohes Leistungspotential in herausragende Leistungen



umsetzen konnten, bleibt in der Gesamtbilanz doch eine sehr erfolgreiche Teilnahme an den YOG. Als Highlight für unser Team ragt der Gewinn der Silbermedaille, die historisch erste Medaille für Luxembourg bei den Youth Olympic Games, von Arthur und Nicolas im „Team combined Road Cycling“ heraus. Das Team konnte sich auch über weitere herausragende Leistungen mit Spitzenplatzierungen freuen und der ausgeprägte Mannschaftszusammenhalt während aller Wettkämpfe bleibt sicher als ein weiteres Highlight dieser Spiele in Erinnerung.

antwortlichem Handeln, haben sicher einen erheblichen Entwicklungsschub erfahren.

Liebe Athleten-innen, es war eine Freude euch in Buenos Aires zu erleben und mit euch zu arbeiten. Bewahrt euch euer großes Interesse für den Sport, bleibt die „Typen“ die ihr seid und lasst euch nicht „verbiegen“. Ich bin sehr gespannt auf eure weitere Entwicklung.

Ein großer Dank gilt auch dem ausgezeichnet harmonisierenden Betreuersteam. Liebe Stephanie, Claudine, Maria, Christian, Cyrille, Luc, Heiko, Jerome: Danke für eure große Unterstützung, den übergreifenden Einsatz für das ganze Team und die außergewöhnliche Bereitschaft auch abseits eigener Spezialgebiete eingesetzt zu werden. Ohne euer Mitwirken wäre dieses einzigartige Teamerlebnis nicht möglich gewesen.



FLAMBEAU Buenos Aires

Rédaction : Heinz THEWS

2018

Photographies : COSL



TEAM LËTZEBUG



TEAM LËTZEBUG

2019-2020 OLYMPIC ROAD



Sarajevo 2019



Festival Olympique
de la Jeunesse Européenne
du 9 au 16 février 2019

Minsk 2019



Jeux Européens
du 21 au 30 juin 2019

San Diego 2019



World Beach Games
du 10 au 17 octobre 2019

Monténégro 2019



Jeux des Petits États d'Europe
du 27 mai au 1er juin 2019

Bakou 2019



Festival Olympique
de la Jeunesse Européenne
du 20 au 28 juillet 2019

Lausanne 2020



Jeux Olympiques de la Jeunesse
du 10 au 19 janvier 2020

MAP

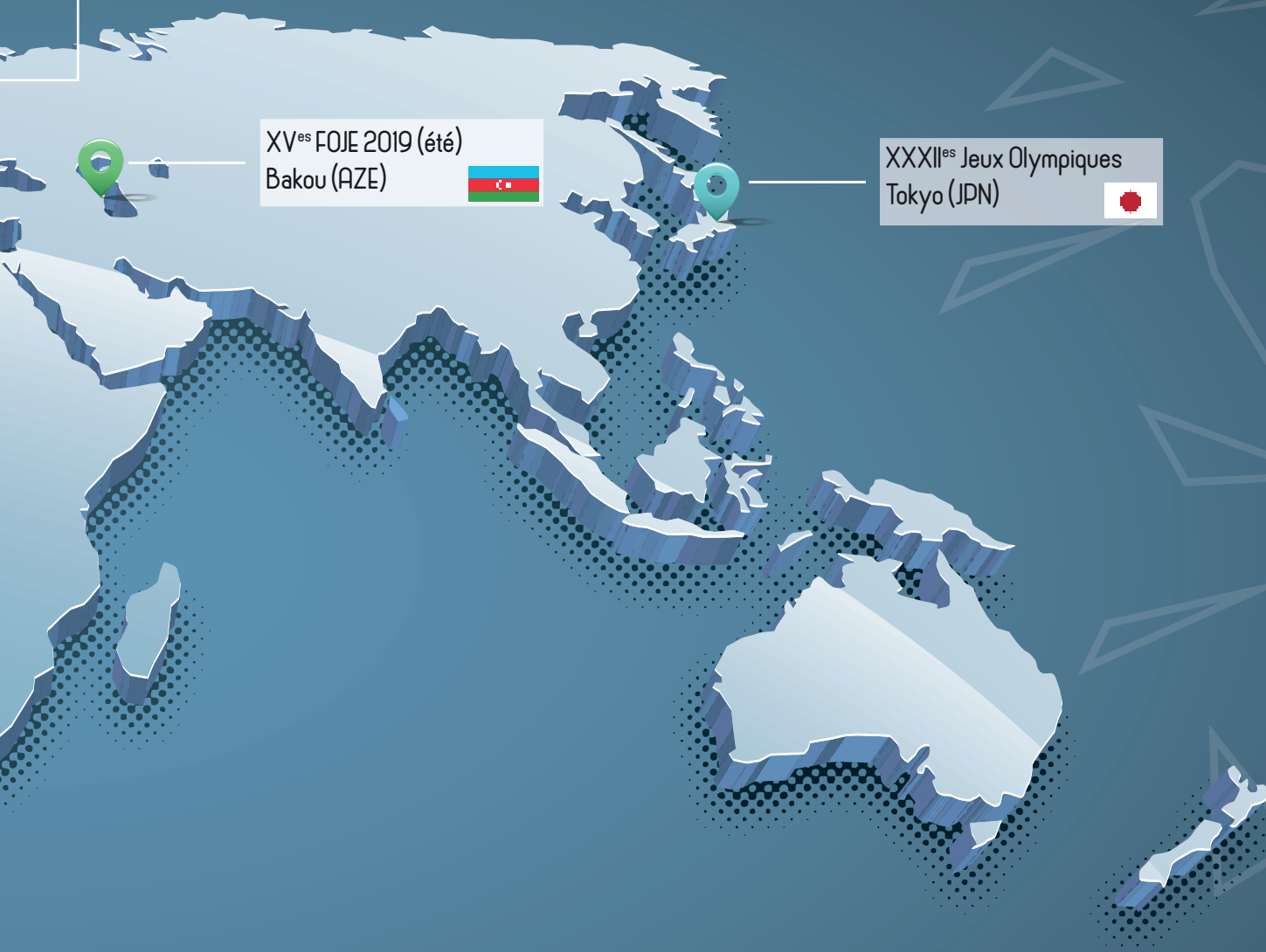
2^{es} Jeux Européens 2019
Minsk (BLR)



XV^{es} FOJE 2019 (été)
Bakou (AZE)



XXXII^{es} Jeux Olympiques
Tokyo (JPN)



EYOF 2019
Sarajevo & East Sarajevo



Montenegro 2019



Tokyo 2020



Jeux Olympiques
du 24 juillet au 9 août 2020



LAUSANNE
2020



Cérémonie de remise du Diplôme CIO en physiothérapie du sport



Lors d'une cérémonie au Musée Olympique du Comité International Olympique (CIO), le 31 août à Lausanne, Anouk Urhausen et Ben Moes ont eu l'honneur d'obtenir comme premiers kinésithérapeutes luxembourgeois le *Diplôme CIO de physiothérapie du sport*, ensemble avec 23 physiothérapeutes et 54 médecins (diplôme IOC de médecine du sport) d'une trentaine de pays du monde entier. Une mention spéciale a été discernée à Anouk Urhausen, par ailleurs la plus jeune de tous les candidats qui, comme toute première physiothérapeute, a su décrocher ce diplôme avec distinction.

Le *Diplôme CIO en physiothérapie du sport* (pour plus d'informations sur ces diplômes du CIO voir <https://www.sportsoracle.com/>) est une formation supérieure sur deux années consécutives par période de six mois dispensée à distance et à temps partiel (total d'env. 800 h de travail) destinée à des





kinésithérapeutes diplômés d'une Université reconnue et avec une bonne maîtrise de l'anglais. Le cours est placé sous la supervision d'un comité consultatif universitaire de renommée internationale.

Cette formation fastidieuse est principalement axée sur l'encadrement physiothérapeutique et la rééducation des athlètes d'élite ainsi que son rôle dans la protection de la santé des jeunes sportifs et les sportifs de loisirs.

Les objectifs du programme sont :

1. d'apprendre la méthodologie de la recherche en thérapie sportive,
2. d'améliorer les compétences de rédaction et lecture des articles scientifiques,

3. d'apprendre les fondements scientifiques,
4. d'effectuer une mise à jour sur les pratiques actuelles,
5. d'aborder les problèmes dans la pratique de la thérapie sportive.

Le discours de bienvenue était prononcé par le professeur Ugur Erdener, président de la commission médicale du CIO.

C'est ensuite le professeur Lars Engebretsen, directeur scientifique du CIO et co-chair du très réputé Oslo Trauma Research Center, qui a rappelé que la formation répond au souci du CIO d'une expertise pour la protection de la santé des athlètes faisant suite aux besoins des Comités nationaux olympiques et fédérations internationales. A long terme,

le CIO aurait même la vision de rendre la participation à ces cours obligatoire pour les staffs (para)médicaux des Jeux Olympiques.

Le directeur du programme, le professeur Ron Maughan, Loughborough University/ GB, a souligné le long chemin et le mérite des lauréats car le cursus est réputé pour sa rigueur scientifique et la notation très sévère des divers travaux et examens avec un taux de réussite loin d'être évident. C'est lui qui a finalement présenté un par un les diplômés et leur a souhaité la bienvenue dans la famille olympique.

Le COSL tient à se joindre aux félicitations aux deux lauréats du Grand-Duché !

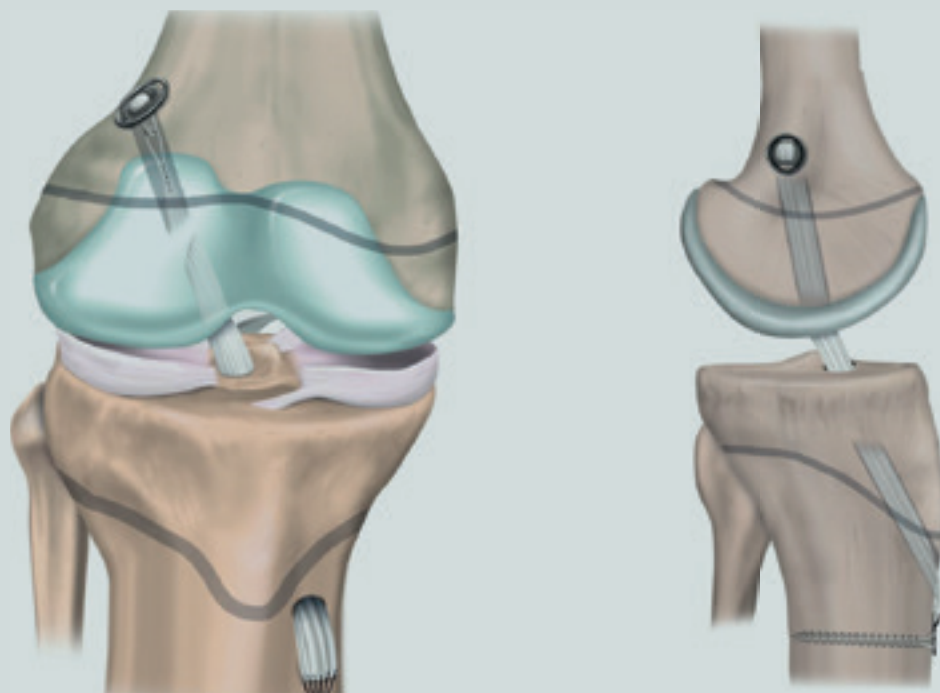
Présentation de la surveillance européenne
des lésions du ligament croisé antérieur chez
le jeune sportif en croissance

The Paediatric ACL Monitoring Initiative (PAMI)

Seil Romain, Mouton Caroline, Urhausen Axel, Nührenbörger Christian,
Theisen Daniel



Plastie du LCA chez l'enfant avec des cartilages de croissance ouverts — vue de face et de profil. Adapté de Clare L Arden et al. Br J Sports Med 2018; 52:422-438. Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0).



La problématique des lésions du LCA de l'enfant sportif : un vrai dilemme

L'incidence des blessures sportives et notamment des lésions du ligament croisé antérieur (LCA) accompagnant une entorse grave du genou n'a cessé d'augmenter au cours des dernières années. Ce phénomène est lié d'un côté à l'augmentation de la participation à des activités sportives au sein des pays européens et de la popularité des sports à risque pour le genou comme les sports de balle ou le ski, mais aussi aux meilleures capacités diagnostiques des médecins. Les enfants pratiquant des activités sportives n'en sont pas épargnés. Bien qu'environ 20 fois moins fréquentes que chez l'adulte, ces lésions posent un problème médical autrement plus difficile chez l'enfant.

Si les lésions du LCA observées chez l'enfant inquiètent, c'est parce que leurs conséquences à long terme ne sont pas négligeables et que leur traitement est encore plus complexe que chez l'adulte. Un enfant ayant subi une rupture du LCA ne peut plus participer normalement aux activités de loisir ou pratiquer les sports que nous appelons « sports à risque ». Comme mentionné plus haut, il s'agit principalement des sports de balle, du ski alpin et de certains sports de raquette qui nécessitent des changements de direction brusques, rapides et fréquents, souvent imprévus et impliquent parfois de nombreux contacts avec l'adversaire. S'il est obligé d'abandonner ses activités sportives, l'enfant et son entourage sont régulièrement confrontés à un vrai handicap social. Par opposition, s'il continue à pratiquer une activité sportive à risque malgré la présence d'une lésion du LCA, l'enfant et son entourage doivent vivre avec une peur permanente que le genou se déboîte à nouveau. De plus, cela l'expose à un risque important de voir apparaître des lésions du cartilage et des ménisques à relativement court terme chez environ un tiers d'entre eux. Ces lésions associées à la blessure du ligament sont causées par le jeu articulaire qui est plus important en cas de rupture du LCA. On a pu montrer que des signes d'usure

(arthrose) précoce du genou peuvent être constatés seulement quelques années après la blessure dans plusieurs études chez des enfants non opérés. Ceci était surtout le cas s'ils avaient repris des activités sportives à haut risque et sans suivi médical.

Une intervention chirurgicale (que nous appelons plastie du LCA) peut aider dans ces cas à stabiliser le genou. Par contre, elle ne peut pas être recommandée de façon systématique car la chirurgie induit le risque d'une blessure non contrôlée des cartilages de croissance ce qui peut entraîner des anomalies de croissance (anomalies de longueur ou des défauts d'axe du membre opéré). Ce risque est surtout élevé si l'intervention n'est pas pratiquée par un chirurgien expert en la matière. Le bénéfice principal de l'opération consiste à rétablir la stabilité du genou et à permettre un retour aux activités physiques et sportives sans que l'enfant ne doive avoir peur que le genou se déboîte à nouveau. Par contre, le monde médical n'a pas encore pu prouver qu'une plastie du LCA peut prévenir l'usure précoce du genou à long terme.

L'envergure du problème des ruptures du LCA chez l'enfant est souvent méconnue par tous les acteurs concernés — y compris dans



le monde médical. La prise de décision pour trouver une réponse adéquate et nuancée au problème, une fois le diagnostic posé, peut devenir un vrai casse-tête pour les parents et l'enfant. Voilà donc le dilemme qui se pose à l'enfant, aux parents, aux médecins et à l'entourage sportif. Avec la place de plus en plus importante qu'occupe le sport dans nos sociétés occidentales, ainsi que l'organisation voire la professionnalisation croissante du sport chez les enfants et les adolescents, la place de cet entourage devient d'ailleurs de plus en plus importante.

Le problème est exacerbé par le fait qu'après la fin de la croissance du genou en fin d'adolescence, la fréquence des lésions du LCA est décuplée. Cette phase correspond au moment où les jeunes athlètes grandissent, où leur psychomotricité change, où leur exposition au sport augmente de façon significative et où ils sont souvent pris en charge par des structures plus professionnelles, qu'elles soient scolaires ou sportives. Subir une entorse grave du genou avec

rupture du LCA à ce moment correspond souvent à la fin de la carrière sportive, surtout s'il s'agit de jeunes athlètes de haut niveau. Si le recours à la chirurgie est plus sûr dans cette tranche d'âge par comparaison aux enfants, des études récentes ont montré qu'un adolescent ou jeune adulte sur 3 subit une 2^e rupture du LCA, que ce soit du côté blessé initialement ou de l'autre genou. Inutile de dire que l'intégrité de la fonction du genou à long terme, voire le retour au sport de haut niveau sont souvent compromis chez ces jeunes athlètes.

Naissance de l'initiative PAMI et son développement

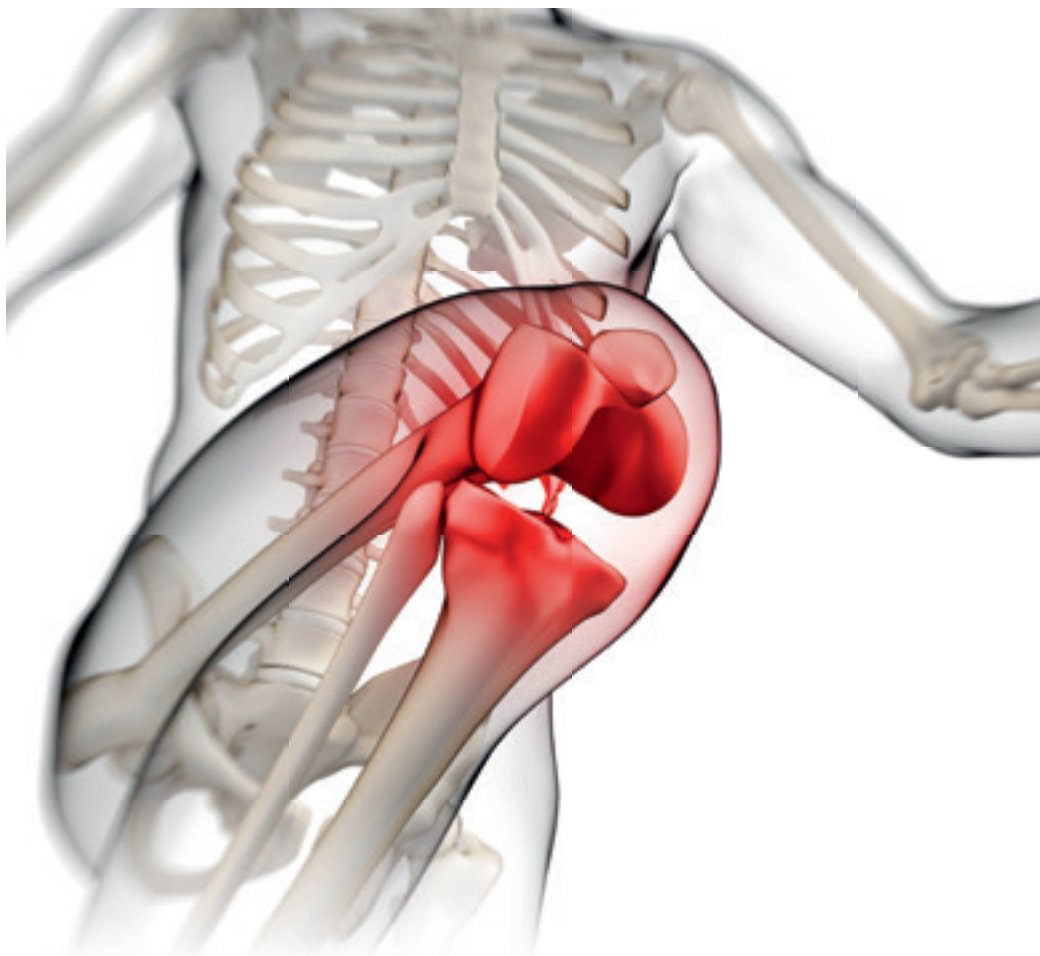
L'envergure de ce dilemme a été reconnue par la principale organisation scientifique de chirurgie du genou et de traumatologie sportive en Europe, l'ESSKA (European Society of Sports Traumatology, Knee Surgery and Arthroscopy). En 2013, forts de leur expérience clinique et scientifique sur le sujet, le premier auteur de cet article et le Prof. Lars Engebretsen d'Oslo, Norvège

(ancien président de l'ESSKA et directeur scientifique du Comité International Olympique, CIO) ont lancé une initiative au nom de l'ESSKA pour essayer de remédier au problème. Elle est connue sous l'acronyme PAMI (Paediatric ACL Monitoring Initiative). Son premier but était de déterminer la fréquence des lésions du LCA chez l'enfant et d'évaluer les prises en charges thérapeutiques auprès des chirurgiens orthopédistes en Europe. Un sondage auprès de plus de 2000 chirurgiens du genou a révélé que seulement une minorité d'entre eux prenaient en charge ces blessures et que la grande majorité de ceux qui s'occupaient du problème ne voyaient que quelques cas isolés par an. Par conséquent, ni la décision d'opérer ou non, ni le type de traitement non chirurgical, ni le type de chirurgie, ni le moment d'une éventuelle chirurgie, ni le type de rééducation après chirurgie, ni le suivi à long terme ne faisaient l'unanimité.

Face à cette situation problématique, il a été décidé de créer un réseau d'information, de référence et de collecte de

données semblable à ce qui se pratique au niveau européen pour les maladies rares. La 1^{re} étape consistait en un partenariat officiel entre l'ESSKA et le Laboratoire de Recherche en Médecine du Sport (LRMS) du « Luxembourg Institute of Health » (LIH) pour mettre au point un système de surveillance. Son équipe possède à la fois une expertise de recherche dans le domaine des lésions du LCA et le développement de base de données faites sur mesure qu'elle a pu développer via un partenariat de longue date avec le Service de Chirurgie Orthopédique du Centre Hospitalier de Luxembourg (CHL). Le protocole d'étude a été approuvé en 2017 par le Comité National d'Éthique de la Recherche (CNER), autorisant le recrutement de patients au Luxembourg. En 2018, le CHL est le premier site à intégrer l'étude au niveau européen. L'intérêt du système est qu'il permettra d'acquérir des données de manière systématique et standardisée à travers plusieurs centres en Europe, créant ainsi une base de données contenant assez de lésions pour permettre de faire avancer les connaissances dans le domaine. Outre le développement de la plateforme, le challenge est de respecter les aspects éthiques et légaux et notamment la nouvelle réglementation européenne générale sur la protection des données mise en place depuis le 24 mai 2016.

Au vu de l'envergure du problème et en raison du fait que l'énorme majorité de ces lésions est causée par des activités sportives, le CIO a considéré qu'il s'agissait d'un domaine d'action prioritaire pour la protection de la santé des athlètes. Il a ainsi contribué à soutenir l'initiative financièrement dans le cadre du champ d'action de la Solidarité Olympique, initiative qui n'aurait pas pu aboutir sans le soutien moral et logistique du COSL pour lequel les auteurs tiennent à le remercier. Le 2^e volet du soutien du CIO consistait à organiser un consensus mondial sur le sujet. C'est ainsi qu'en octobre 2017, il a hébergé un groupe d'une vingtaine d'experts médicaux et scientifiques provenant des 5 continents dans son quartier général à Lausanne. Les experts ont adressé 6 questions fondamentales traitant



de la prévention, du diagnostic et de la prise en charge des lésions du LCA de l'enfant. Un article décrivant les résultats de la démarche scientifique entreprise pour arriver à un consensus dans un domaine aussi controversé a été publié simultanément dans les 4 journaux scientifiques les plus représentatifs du domaine dans le monde¹. Il contient des recommandations pratiques pour tous les professionnels de la santé qui sont impliqués dans la prise en charge de ces blessures et est disponible gratuitement pour chaque personne intéressée à l'adresse électronique suivante : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29455243>.

En conclusion, il n'existe actuellement que peu de données scientifiques permettant de définir la meilleure prise en charge du LCA chez l'enfant. Les conséquences à long terme de ces lésions restent peu connues par manque de suivi systématique. L'initiative PAMI de l'ESSKA promet d'apporter de

nouvelles connaissances dans le domaine¹ et d'améliorer la prise en charge des jeunes patients. Elle est unique en Europe et suscite un grand intérêt de la part de plusieurs centres spécialisés européens. Outre le Luxembourg et la Norvège, des centres de Suède, du Danemark, d'Allemagne, de France, d'Italie et d'Espagne ont entrepris des démarches pour participer au système. L'ancrage national luxembourgeois illustré par la participation du COSL à cette initiative s'inscrit dans le cadre de ses activités de la protection de la santé des athlètes en collaboration étroite avec le Centre Médical Olympique Luxembourgeois, hébergé par le CHL et le LIH à Eich.

¹ British Journal of Sports Medicine (BJSM), Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy (KSSTA), Orthopaedic Journal of Sports Medicine (OJSM), Journal of the International Society of Arthroscopy, Knee Surgery and Orthopaedic Sports Medicine (JISAKOS)

MIPAClux



Info · Aide · Recherche



Motivation von Krebspatienten zu einem aktiven Lebensstil

Studienteilnehmer gesucht!

Sports Medicine Research Laboratory (Luxembourg Institute of Health, LIH)

Körperliche Aktivität führt sowohl zu einer Reduktion des Sterblichkeitsrisikos, als auch zu einer Verbesserung der körperlichen Fitness und der Lebensqualität (vor allem bei Krebspatienten). Die von der Fondation Cancer unterstützte MIPAClux* Studie verfolgt das Ziel, die Motivation zur Ausübung einer körperlichen Aktivität zu steigern und eine längerfristige Verhaltensänderung zu bewirken.

Dazu werden die Studienteilnehmer per Zufallsverfahren auf zwei Gruppen aufgeteilt. Die Experimentalgruppe erhält während 12 Wochen 12 Motivationsgespräche (d.h. ein Gespräch pro Woche durch einen speziell geschulten Mitarbeiter). Die Kontrollgruppe erhält keine Motivationsgespräche. Dieses methodische Vorgehen ermöglicht einen Vergleich zwischen den beiden Gruppen, um die Effekte der Motivationsgespräche näher zu analysieren. Die körperliche Fitness, die Lebensqualität und der allgemeine Gesundheitsstatus werden sowohl zu Beginn der Studie, als auch nach 3 und 6 Monaten erfasst.

Die Ergebnisse dieser Pilotstudie ermöglichen eine Einschätzung des Interesses an einer Integration von Motivationsgesprächen in die klinische Routine der Krebsbehandlung.

**Motivational interviewing to increase physical activity behaviour in breast, endometrial and colorectal cancer patients in the Grand-Duchy of Luxembourg: a pilot randomized controlled trial.*

Studie genehmigt von dem "Comité National d'Éthique de Recherche" (CNER) und deklariert bei der "Commission Nationale pour la Protection des Données" (CNPDP).

FAQ (Häufig gestellte Fragen)

Welche Kriterien muss ich erfüllen, um an der Studie teilnehmen zu können?

Die MIPAClux Studie fokussiert sich auf Patienten, die folgende Einschlusskriterien erfüllen:

- Patienten mit Brust-, Darm- oder Endometriumkrebs

- Keine Metastasen
- Direkt nach der Chemo- oder Radiotherapiebehandlung bzw. 3 Monate nach der Operation
- Max. 24 Monate nach Abschluss der primären Behandlung (z.B. Operation)

Muss ich sportlich aktiv sein?

Sie müssen fähig sein sich körperlich aktiv zu betätigen und die Erlaubnis Ihres Arztes dafür besitzen. Allerdings müssen Sie nicht bereits sportlich aktiv sein, um an der Studie teilzunehmen.

Welches Ziel verfolgen die Motivationsgespräche?

Die Motivationsgespräche zielen darauf ab, den Studienteilnehmer bei der Identifizierung Ihrer persönlichen Ziele in der Ausübung körperlicher Betätigungen zu helfen. Sie werden dabei begleitet persönliche Strategien zu entwickeln, um die gesteckten Ziele zu erreichen. Die Motivationsgespräche sollten jedoch nicht mit Coachinggesprächen verwechselt werden.

Sie sind an einer Teilnahme interessiert? Hinterlassen Sie uns Ihre Kontaktdaten unter: studien.sport-sante.lu

Premier ouvrage sur l'accompagnement médical du joueur de handball



Ces dernières années, la pratique du handball n'a cessé de croître. Ce sport, de plus en plus professionnalisé et médiatisé, est associé à

de nombreuses blessures dont le nombre a largement augmenté dans la dernière décennie. Il est donc primordial de proposer aux joueurs de handball, quel que soit leur niveau de pratique, un accompagnement quotidien piloté par une équipe médicale expérimentée.

Pour répondre à ce besoin, le premier livre de médecine du sport portant sur le handball a été publié en 2018. Cet ouvrage médical, qui est l'un des premiers s'intéressant à un sport spécifique, a pour objectif d'améliorer le suivi de tous les joueurs de handball. Il est destiné à de nombreux intervenants dont : les professionnels de la santé, les scientifiques, les joueurs et les médecins attirés aux équipes. Il offre une vue d'ensemble des connaissances actuelles, médicales et scientifiques, autour du handball. Il développe tous les aspects nécessaires à l'athlète et ses équipes pour

prévenir les blessures en prodiguant des conseils pratiques sur l'organisation de l'équipe médicale ou encore sur les méthodes permettant d'identifier les joueurs à risque de se blesser. Ce livre sensibilise aussi sur divers problèmes, comme la charge d'entraînement ou le dopage. Il explique les blessures les plus souvent rencontrées dans le handball et leur traitement. Les besoins et le fonctionnement du joueur de handball sont aussi considérablement décrits avec une partie consacrée à des groupes spécifiques d'athlète (femmes, adolescents).

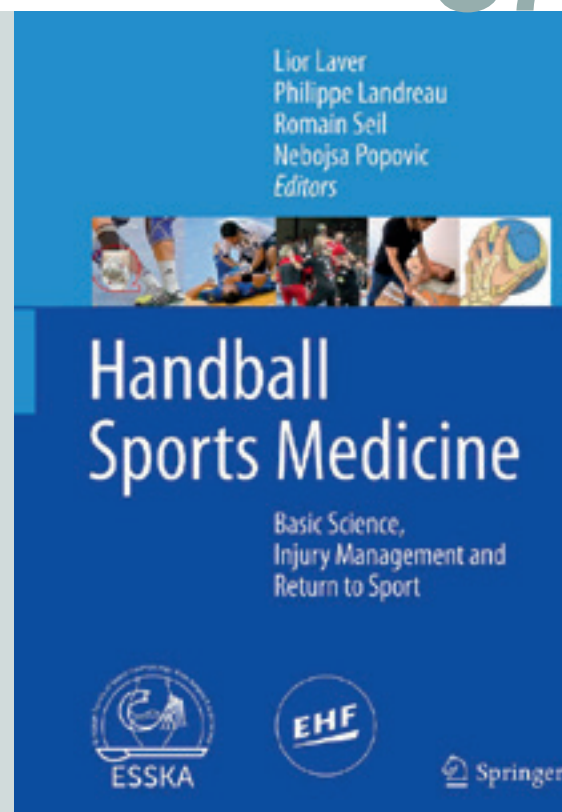
Cet impressionnant ouvrage, contenant 45 chapitres et 653 pages a été réalisé en collaboration avec l'ESSKA (*European Society of Sports Traumatology, Knee Surgery and Arthroscopy*), principale organisation scientifique de chirurgie du genou et de traumatologie sportive d'Europe et a été soutenu par la LIROMS (*Luxembourg Institute of Orthopaedics, Sports Medicine and Science*), institut luxembourgeois d'orthopédie et de sciences en médecine du sport. Il est plus particulièrement l'aboutissement de 4 années de travail de 4 chirurgiens connus du milieu du handball:

- Le Docteur Lior Laver, étant à l'initiative de cet ouvrage actuellement installé au

Royaume Uni. Il est un ancien joueur de haut niveau en Israël, médecin attiré d'une équipe de handball et un des fondateurs du réseau scientifique de la Fédération Européenne de Handball (EFH).

- Le Docteur Philippe Landreau, au service de l'équipe féminine de handball de 2004 à 2010. Il est aujourd'hui installé au Qatar en tant que chef du département de chirurgie à Aspetar.
- Le Professeur Romain Seil, chef du département de l'Appareil Locomoteur au Centre Hospitalier de Luxembourg. Il est aussi un ancien joueur de handball, fondateur de la plateforme scientifique de l'EFH et président de l'ESSKA.
- Le Professeur Nebojsa Popovic, installé au Qatar et anciennement médaillé d'or.

Ces 4 éditeurs se sont associés à de nombreux experts pour rassembler les connaissances actuelles sur le handball. Ce livre apportera, à chacun, les outils nécessaires pour optimiser les performances de l'athlète, tout en prenant soin de sa santé et en préservant sa carrière sportive.



MEDICAL AND TRAINING ASPECTS IN FOOTBALL

13th international sports medical workshop

08-09
MARCH 2019



www.football-congress.lu



After the international congresses of science, medicine and practice in handball in 2017 and in table tennis in 2018, the 2019 colloquia program of the Luxembourg Academy of Medicine, Physical Therapy and Science in Sports¹ will feature the international sports medical football congress.

The Academy is known for organising regular yearly sports medical colloquia in Luxembourg to inform athletes, coaches, physiotherapists, sports scientists, medical doctors and the broader public on recent findings in the field of medical and scientific knowledge in sports. Every year a special workshop is organised to highlight recent findings in a particular sport. For the 2019 event, the 13th workshop in a row, football was chosen, as injury prevention is one of the key research topics in this sport.

Football is the most popular sport in the World with approx. 265 million players worldwide and around 60 000 professional players within EU registered clubs (according to a FIFA Big count in 2006). However, football is also a high-intensity and high-impact sport entailing a notable risk of injury. Jan Ekstrand noted in 2013, "the risk of injury in professional football has been estimated at about 1000 times greater than for typical industrial occupations generally regarded as high risk. Hence, prevention of injury in football should be of the

utmost importance, and conducting injury surveillance studies is the fundamental first step in the process of prevention".² This is highlighted even further by the fact that in professional football, a player sustains on average 2 injuries per season, and a team would hence expect 50 injuries each season, as shown in a large UEFA study by Ekstrand et al.³ Hägg et al. confirmed these findings with a prospective study over 11 seasons, where the overall incidence of injuries was 7.7 injuries/1000h and an injury burden of 130 days lost/1000h of football training and matches, resulting in only 86% player match availability.⁴ Next to missing training and games, Junge et al. showed that in Switzerland football injuries resulted in costs of approx. 145 million Swiss francs and the loss of more than 500 000 working days in 2003.⁵

Since a few years, there have been several studies proving that injury prevention programs may lower the risk of injuries when they are followed.⁶ Since a high number of players are under 18 years old, existing

proven injury prevention programs may also be adapted for younger children.⁷

Bearing these ideas in mind, the aim of this year's theme "Medical and Training Aspects in Football" will be to reflect on different aspects in and around the prevention of injuries and the preparation to football games. The topics addressed were chosen with care to highlight different facets of injuries occurring in Football, their prevention and the physical preparation to optimise football performance.

The congress will be held at the national sports centre "COQUE" in Kirchberg, Luxembourg on 8th & 9th March, 2019.

It will provide ample occasion to summarize existing knowledge and stimulate discussions between different stakeholders. It is directed at researchers, physiotherapists and medical doctors working in the field of football and sports medicine, as well as trainers, athletes and the broader public.

You may find a brief biography of the 15 national and international experts as well as their presentation titles and program below. Further information and registration can be found on the dedicated website www.handball-congress.lu

Registrations are open: www.football-congress.lu

Places are limited to 180 and are allocated on the first come first served basis, registration is final once the fee is received

Simultaneous translations from English to French available!

Organising Committee: Axel Urhausen, Romain Seil, Eric Besenius, Christian Nührenböcker, Daniel Theisen, Serge Bix, Fränz Primc, Henri Mause, Jérôme Pauls, Jean-Paul Weydert, Patrick Feiereisen, Charles Delagardelle



Prof Jan Ekstrand, MD, PhD (Sweden)



Prof Per Hölmich, MD, PhD (Denmark)



Prof Markus Waldén, MD, PhD (Sweden)



Prof Tim Meyer, MD, PhD (Germany)



Raymond Best, MD (Germany)



Nina Feddermann-Demont, MD (Switzerland)



Alli Gokeler, PhD (Netherlands)



Igor Tak, PhD (Netherlands)



Prof Oliver Faude, PhD (Germany)



Roland Rössler, PhD (Germany)



Prof Axel Urhausen, MD, PhD (Luxembourg)



Prof Christophe Ley, PhD (Luxembourg)



Robert McCunn, PhD (Scotland)



Ben Moes, MSc (Luxembourg)



Jérôme Pauls, MSc (Luxembourg)

You may find the organised events on their Facebook page
or by subscribing to their newsletter



[f /luxsportsmed](https://www.facebook.com/luxsportsmed)

[t @luxsportsmed](https://twitter.com/luxsportsmed)

1 ABOUT THE LUXEMBOURGISH ACADEMY OF MEDICINE, PHYSIOTHERAPY AND SCIENCE IN SPORTS

The Luxembourgish Academy of Medicine, Physiotherapy and Science in Sports is composed the Luxembourg Institute of Research in Orthopaedics, Sports Medicine and Science (LIROMS), the Luxembourg Society of Sports Physiotherapy (SLKS), the Luxembourgish Sports Medicine Society (SLMS), of LIH's Sport Medicine Research Laboratory (SMRL) and collaborates with the Sports Clinic of Centre Hospitalier de Luxembourg (CHL).

The events organised by the Academy are gathering internationally recognised speakers to address recent topics around sports medicine, sport science, physical activity and research.

- 2 Ekstrand, J. (2013). "Keeping your top players on the pitch: the key to football medicine at a professional level." Br J Sports Med 47(12): 723-724.
- 3 Ekstrand, J., et al. (2011). "Injury incidence and injury patterns in professional football: the UEFA injury study." Br J Sports Med 45(7): 553-558.
- 4 Hagglund, M., et al. (2013). "Injuries affect team performance negatively in professional football: an 11-year follow-up of the UEFA Champions League injury study." Br J Sports Med 47(12): 738-742.
- 5 Junge, A., et al. (2011). "Countrywide campaign to prevent soccer injuries in Swiss amateur players." Am J Sports Med 39(1): 57-63.
- 6 Soligard, T., et al. (2010). "Compliance with a comprehensive warm-up programme to prevent injuries in youth football." Br J Sports Med 44(11): 787-793.
- 7 Rössler, R., et al. (2015). "A new injury prevention programme for children's football — FIFA 11+ Kids — can improve motor performance: a cluster-randomised controlled trial." J Sports Sci: 1-8.

Friday 8th March

18:00	Registration
18:30	Welcome — Axel Urhausen , MD, PhD, Prof Welcome — Paul Philippe , FLF President Welcome — Ministre des Sports
19:00	Opening lectures (Moderator: Romain Seil , MD, PhD, Prof): 15 years Champions League Injury Surveillance — Jan Ekstrand , MD, PhD, Prof 20 years of science in groin pain in football players — Per Hölmich , MD, PhD, Prof
20:00	Open Discussion Jan Ekstrand , MD, PhD, Prof & Per Hölmich , MD, PhD, Prof — Moderator: Romain Seil , MD, PhD, Prof
20:30	Vin d'honneur

Saturday 9th March

07:50	Registration
08:20	Welcome 2nd day and program — Serge Bix , ALEF President

Medical coverage in football — **Chaired by Christian Nührenbörger, MD & Henrique Jones, MD**

08:30	Muscle injuries in football — Jan Ekstrand , MD, PhD, Prof
08:45	Ankle & syndesmosis injuries in football — Raymond Best , MD
09:00	Sports concussions and acute treatment on the pitch — Nina Feddermann , MD
09:15	Open Discussion
09:30	Coffee Pause & Visit of sponsor stalls

Science and methodology — **Chaired by Daniel Theisen, PhD, Prof & Axel Urhausen, MD, PhD, Prof**

10:00	Scientific support for elite football — Tim Meyer , MD, PhD, Prof
10:15	Collecting football injury data: Connecting research and practice — Robert McCunn , PhD
10:30	Performance prediction in football — Christophe Ley , PhD, Prof
10:45	Open Discussion
11:00	Coffee Pause & Visit of sponsor stalls

Physiology — **Chaired by Patrick Feiereisen, PhD & Romain Seil, MD, PhD, Prof**

11:30	Recovery strategies in football — Oliver Faude , PhD
11:45	Rehabilitation and return to sports after knee injuries — Alli Gokeler , PhD
12:00	Cardiovascular stress in football referees — Axel Urhausen , MD, PhD, Prof
12:15	Open Discussion
12:30	Lunch time & Visit of sponsor stalls

Injury definitions and prevention — **Chaired by Alli Gokeler, PhD & Per Hölmich, MD, PhD, Prof**

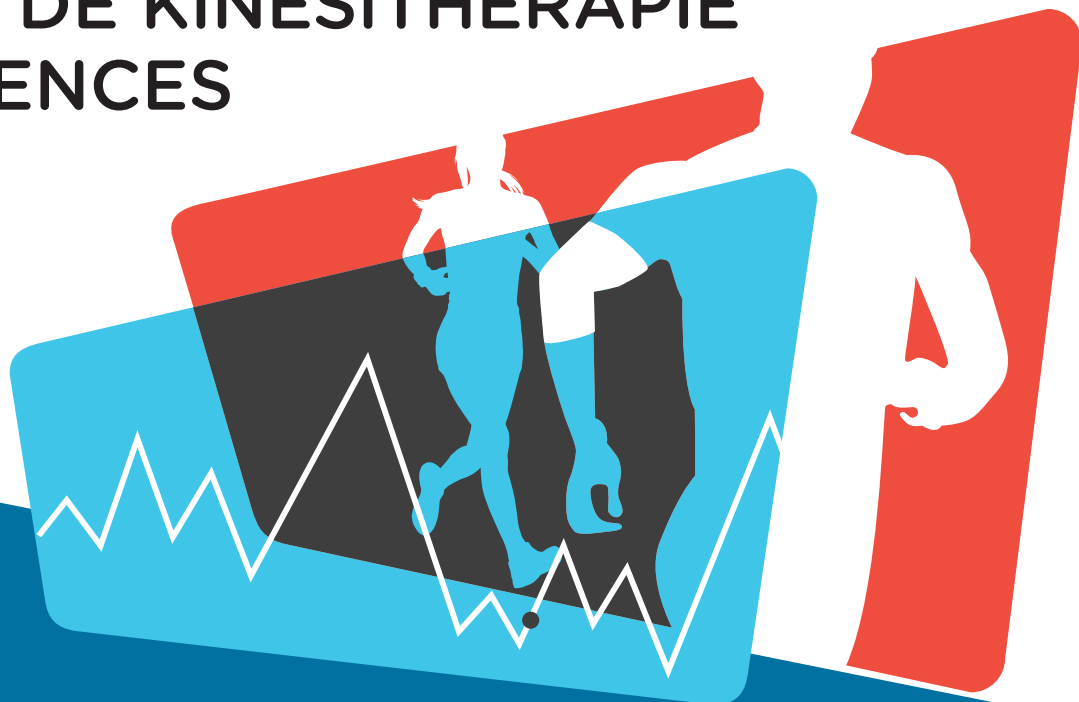
13:30	How to best reduce the injury rate in football? — Markus Waldén , MD, PhD
13:45	Injury prevention in youth football — Roland Rössler , PhD
14:00	Terminology and definitions in groin pain — Per Hölmich , MD, PhD, Prof
14:15	Prevention of hip and groin pain — Igor Tak , PhD
14:30	Open Discussion
14:50	Official lecture closing — Daniel Theisen , PhD, Prof

Workshop: return to sports and injury prevention & training — **Chaired by Jean-Paul Weydert, PT, Eric Besenius, MSc & Claude Campos**

15:30	WS1: Return to sports after hamstring injuries in football — Jérôme Pauls , PT & Ben Moes , PT
16:00	WS2: Injury prevention exercises for young footballers — Roland Rössler , PhD & Oliver Faude , PhD
16:30	WS3: Return to sports after knee injuries in football — Alli Gokeler , PhD & Physios from CHL Eich , PT

ACADÉMIE LUXEMBOURGEOISE DE MÉDECINE, DE KINÉSITHÉRAPIE ET DES SCIENCES DU SPORT

LUXEMBOURG ACADEMY
OF SPORTS MEDICINE,
PHYSIOTHERAPY
& SCIENCE



LOCALITÉ A :
CHL Centre, Amphithéâtre,
4, rue Ernest Barblé, L-1210
Luxembourg

LOCALITÉ B :
Centre National Sportif et Culturel
d'COQUE, 2, rue Léon Hengen,
L-1745 Luxembourg

15-19/01/2019
(Loc B)

«Master of Science Sportmedizin»
by University Krems (A) and GOTS
(only for SLMS-Members)

Romain Seil, MD, PhD et Christian Nührenbörger,
MD, CHL, Luxembourg

13/02/2019
(18h00-20h00, Loc A)

Ernährung in der Aufbauphase von
Leistungssportlern

Claudia Osterkamp-Baerens, PhD, Munich,
Germany

8-9/03/2019
(Loc B)

International football congress - linking
practice and science

More information: www.football-congress.lu

20/03/2019
(17h30-18h30, Loc A)

Endurance training in elite sports

Dan Lorang, MSc, Bora-Hansgrohe Cycling
Team, Germany

24/04/2019
(17h30-18h30, Loc A)

Aktuelles Concussion-Management:
Theorie und Praxis (Lux)

José Azzolin, MD, CHL, Luxembourg

15/05/2019
(13h00-15h00, Loc A)

Journée Kiné 2019

Organised by SLKS (sport-kine.lu)

15/05/2019
(18h00, Loc B)

Séminaire Anti-Dopage ALAD-COSL

Anik Sax, MD et Axel Urhausen, MD, PhD,
Luxembourg

19/06/2019
(17h30-18h30, Loc A)

Sports Ethics and Integrity

Mike McNamee, Prof, PhD, Swansea University,
Wales

02/10/2019
(17h30-18h30, Loc A)

Sportmedizinische Aspekte im
Gewichtheben

Dominik Dörr, MD, Luxembourg

06/11/2019
(17h30-18h30, Loc A)

Abuse of medication in elite sports

Philippe Tscholl, MD, Hôpitaux Universitaire
Genève, Switzerland

04/12/2019
(17h30-18h00, Loc A)

Ankle instabilities in sports

Pietro Spennacchio, MD, CHL, Luxembourg

INFORMATIONEN / INFORMATIONS > www.chl.lu > www.lih.lu > www.tipps.lu > www.sport-kine.lu > www.sport-sante.lu



/luxsportsmed



@luxsportsmed

Newsletter :



Gold Sponsors :



Silver Sponsor :





cardiac-event-sport.lu

Luxemburgische Datenbank über plötzliche kardiale Ereignisse bei Sportlern

Sind Sie Zeuge oder Opfer eines plötzlichen Herz-zwischenfalls während oder nach einer sportlichen Aktivität geworden? Melden Sie dies bitte auf unserer Webseite:

www.cardiac-event-sport.lu

Damit helfen Sie uns eine nationale Datenbank zu erstellen und die Vorbeugung von sportbezogenen Herzproblemen zu verbessern!

Warum ist es wichtig, einen sportbezogenen Herzzwischenfall zu melden?

Das Ziel unserer offiziell genehmigten Studie ist die Anzahl von sportbezogenen kardialen Ereignissen (sudden cardiac events, SCE) in Luxemburg festzustellen und geeignete Strategien zur Risikominderung dieser Vorfälle zu empfehlen. Bislang verfügt Luxemburg noch über keine Datenbank von Herzproblemen während oder direkt nach sportlichen Aktivitäten. Mit Ihrer Hilfe ist es uns möglich, diese Daten zu sammeln und somit Vorbeugungsmaßnahmen auszuarbeiten.

Da genetische Komponenten oft eine Rolle bei SCE-Fällen spielen, wird auch den Familienmitgliedern ersten Grades der betroffenen Patienten dringend empfohlen, ihr eigenes SCE-Risiko bestimmen zu lassen. Sobald wir von einem neuen Fall erfahren, können wir der Familie gegebenenfalls Informationen zur Durchführung spezifischer Untersuchungen geben.

Wann sollte ein Herzzwischenfall gemeldet werden?

Die folgenden Bedingungen müssen erfüllt sein:

WER? Sie sind Zeuge oder Opfer eines schwerwiegenden kardialen Ereignisses mit oder ohne Verlust des Bewusstseins geworden.

WANN? Das Ereignis ist während oder bis zu einer Stunde nach einer sportlichen Aktivität eingetreten.

WO? Es ist auf luxemburgischen Gebiet oder im Ausland passiert (falls es sich um einen Anwohner Luxemburgs oder den Inhaber einer luxemburgischen Sportlizenz handelt).

Wie kann man einen SCE-Fall melden?

Hierzu genügt es, die Internetplattform www.cardiac-event-sport.lu zu besuchen und einen kurzen Online-Fragebogen auszufüllen. Alle übermittelten persönlichen Daten werden streng vertraulich behandelt. Falls Sie es wünschen, können Sie auch anonym bleiben.

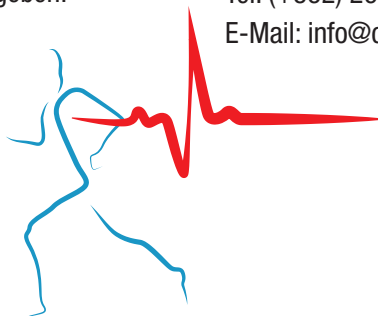
Kontakt

Für weitere Informationen kontaktieren Sie:

Eric Besenius

Tel: (+352) 26 97 09 17

E-Mail: info@cardiac-event-sport.lu



38^e COSL

SPILLFEST

30 MAI 2019 - KOCKELSCHEUER
SPORT A SPILL FIR D'GANZ FAMILL



WWW.SPILLFEST.LU



Partenaires Principaux



Partenaires Bronze

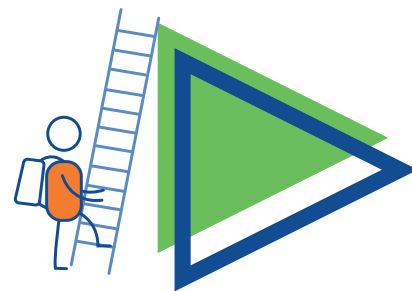


Partenaires Argent

Partenaires Médiaques

Location Partner

Clever move – Écoles actives



Auteurs



Diane Dhur est titulaire d'une maîtrise en éducation. Elle a commencé sa carrière dans une banque au Luxembourg et est devenue enseignante à l'école primaire quelques années plus tard. Elle a été inspectrice des écoles primaires ainsi que coordinatrice de projets pendant 10 ans, dirigeant des initiatives scolaires nationales liées à la réforme de l'école primaire. L'un de ses principaux centres d'intérêt sont les enfants ayant des besoins éducatifs spéciaux et des handicaps et le soutien qui pourrait être donné à l'école et par l'école. En outre, elle forme les futurs enseignants à l'Institut national de formation de l'éducation au Luxembourg. À partir de 2018, elle élabore la conception pour le centre de développement socio-émotionnel.



Steve Tibold a commencé sa carrière d'enseignant à l'école primaire en 2000. Après avoir obtenu sa maîtrise en gestion scolaire en 2014, il est devenu instituteur-ressource, guidant de jeunes professionnels ainsi que des enseignants établis dans les écoles. En outre, il organise et propose différents programmes de formation des enseignants. De plus, il a été impliqué dans plusieurs projets liés à la réforme de l'école primaire depuis 2009. Il coordonne le groupe de travail « clever move » et forme les futurs enseignants à l'Institut national de formation de l'éducation au Luxembourg. À partir de 2018, il est directeur adjoint pour les écoles fondamentales de la région d'Echternach.

Le projet « écoles actives » au Luxembourg a été mené pendant deux ans (2014-2016) dans trois écoles élémentaires et étendu à dix écoles primaires à partir de 2016. Les écoles participantes et les maisons relais respectives se sont engagées à faire au moins 15 à 20 minutes d'activité physique supplémentaires chaque jour. Pour faciliter cette tâche, les enseignants et les éducateurs ont reçu gratuitement des jeux de fiches d'exercices et du matériel pour différents modules. Au cours de la première année du projet, les écoles se sont concentrées sur les « pauses actives », qui ont ensuite été étendues la deuxième année à des activités qui développent et enrichissent l'apprentissage.

Le projet a fait l'objet d'un suivi scientifique et d'une évaluation par l'Université du Luxembourg. Les résultats ont été plus que satisfaisants puisque l'apprentissage actif a été utilisé principalement 5 à 10 fois par semaine. Cette fréquence élevée indique que ces activités étaient aussi populaires auprès des enseignants que des élèves.

De même, les commentaires des parents ont montré qu'ils avaient remarqué des changements positifs chez les enfants qui ont maintenant plus de plaisir à faire du sport, une meilleure coordination et la plupart des parents voient des progrès dans le climat de l'école et de la salle de classe. En juin 2017, les écoles qui donnent la priorité à l'exercice dans leur routine scolaire quotidienne ont reçu le label « clever move » en reconnaissance de leurs efforts.

Contexte

Les enfants qui fréquentent l'école primaire au Luxembourg ont en moyenne 2,5 heures d'éducation physique (EP) par semaine. Cette proportion tombe à 2,2 heures par semaine au niveau du secondaire inférieur.

et à 1,6 heures par semaine au niveau du secondaire supérieur. Des initiatives de l'APEP (association des professeurs d'éducation physique asbl) visant à introduire 3 heures d'éducation physique par semaine ont échoué, car il n'a pas été jugé possible de réduire le temps alloué aux autres matières scolaires.

Dans le cadre d'un projet de recherche en 2006 (Bös, K. et al), une enquête a été menée au Luxembourg sur la santé, les capacités motrices et l'activité physique et sportive chez les enfants et les jeunes. L'enquête, qui a été menée auprès de trois groupes d'âge (9, 14 et 18 ans), a malheureusement confirmé une tendance à l'échelle européenne : le manque de motricité, l'inactivité et les risques pour la santé des enfants et des jeunes ont augmenté à un rythme alarmant au cours des dernières années. L'activité physique dans le cadre de la vie quotidienne et les activités sportives pendant les loisirs et dans les clubs diminuent considérablement à mesure que les enfants grandissent, au profit d'une augmentation considérable de la consommation quotidienne de la télévision et de l'intérêt pour les consoles de jeux, les ordinateurs et les smartphones.

En conséquence, 15% des filles du primaire concernées par l'étude et 20% des garçons étaient en surpoids ou obèses. 18% des enfants et des jeunes déclarent souffrir de

maux de tête, suivis par 14% qui souffrent de troubles du sommeil et 13% qui souffrent de maux de dos. 20% des enfants et des jeunes suivent un traitement médical régulier. (voir Bös, K. (2006) et al.). L'étude sur les comportements de santé des enfants d'âge scolaire HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) confirme cette évolution et le Luxembourg n'est pas bien positionné dans le classement international.

La corrélation entre les capacités motrices, l'activité physique et sportive et la santé est établie depuis longtemps, mais il s'avère extrêmement difficile d'augmenter le temps alloué à l'éducation physique et donc le nombre total de leçons à l'école. Il est donc logique d'explorer d'autres moyens de faire bouger les enfants pendant qu'ils sont à l'école. Le concept de pauses actives suscite des inquiétudes si elles sont perçues comme étant au détriment de l'enseignement des langues et des mathématiques et du développement cognitif des élèves. Il existe cependant un certain nombre d'études qui montrent que l'exercice optimise non

seulement la condition physique, mais aussi les performances cognitives.

Une étude quasi-expérimentale sophistiquée a été menée entre 1970 et 1977 à Trois-Rivières (Québec, Canada). 546 élèves du primaire ont été évalués sur 6 ans. L'une des questions examinées était l'impact d'une heure par jour d'éducation physique vigoureuse enseignée sur le rendement scolaire global. Le groupe témoin n'a reçu que le programme standard de 40 minutes par semaine d'EP et, malgré une perte de temps de 14% pour l'enseignement scolaire, le rendement scolaire global du groupe expérimental s'est amélioré de façon significative par rapport aux témoins. Même les scores de l'échelle d'intelligence de Wechsler pour les enfants ont montré de petits avantages mais significatifs pour les étudiants sur les items verbaux et non verbaux. Dans les examens standardisés, les étudiants expérimentaux ont obtenu des scores plus élevés en mathématiques malgré le fait que le temps d'enseignement des mathématiques a été réduit de 33 minutes par semaine.

D'autres études ont révélé que l'activité physique régulière est liée à une plus grande satisfaction à l'école et à un taux de décrochage réduit. Prises ensemble, les données disponibles suggèrent, qu'à l'école primaire, 60 à 90 minutes supplémentaires par jour d'activité physique peuvent être fournies sans compromettre les résultats scolaires. Les étudiants actifs ont compensé la réduction du temps d'enseignement par une plus grande efficacité de leur processus d'apprentissage.

Le projet des écoles actives

Parmi les effets positifs de l'activité physique, mentionnons une meilleure intégration de l'apprentissage grâce au mouvement et à l'utilisation de tous les sens, un débit sanguin cérébral accru, des effets bénéfiques sur le développement physique et mental des enfants, une meilleure coordination et un meilleur équilibre entraînant moins d'accidents et une meilleure estime de soi, le développement des aptitudes sociales et de communication, une atmosphère de classe améliorée, un sentiment de confiance et de bien-être, une réduction de la tension et du



Larochette, Luxembourg : cycle 2, 2014



stress, un meilleur équilibre entre le travail et la relaxation dans la journée scolaire et une augmentation de la performance.

L'activité physique peut être introduite parallèlement à l'apprentissage pour la soutenir, avec l'utilisation de minutes ou de phases de relaxation, d'assises dynamiques ou de postes d'apprentissage. Il peut aussi être un outil pour développer et enrichir l'apprentissage en cours, ce qui signifie apprendre par et en faisant de l'activité physique, comme compter ou mémoriser en se déplaçant.

La lecture, l'écriture et le calcul sont entraînés en mouvement par exemple en sautant sur des tapis de lettres, en calculant avec de grands dés, en formulant des phrases à l'aide d'étiquettes de mots. . . Huit fois huit ? Soixante-quatre, et on tourne. Neuf fois sept ? Soixante-trois, on saute en écartant les jambes. Descendre et monter l'escalier du bâtiment à pieds joints pour écrire une dictée sportive. La démarche permet notamment d'exercer les règles d'orthographe travaillées tout en favorisant l'exercice et la coordination du mouvement.

Les pauses actives sont des pauses dans les leçons au cours desquelles des exercices spécifiques sont effectués. Le terme « pause active » implique que les pauses entre les leçons sont explicitement dépensées pour jouer et participer à l'activité physique. Pour ce faire, les élèves devraient être initiés à des types particuliers de jeux (par exemple pendant les cours d'éducation physique) et le terrain de jeu devrait être réaménagé de manière appropriée si nécessaire. Enfin, l'expression « vie scolaire active » met l'accent sur l'importance des aspects de la vie scolaire liés à l'activité, y compris les journées ou réunions sportives, les excursions et les voyages scolaires qui peuvent être organisés en collaboration avec des partenaires extérieurs, tels que les associations sportives ou les maison relais.

Les écoles actives doivent également être considérées dans le contexte du développement et de l'établissement du profil de l'école, car la mise en œuvre du concept à l'échelle de l'école implique la participation de tout le personnel enseignant et nécessite parfois des investissements dans la concep-



Nommern, Luxembourg : cycle 1, 2016

tion interne et externe de l'école. Il est donc recommandé d'intégrer le concept dans le plan de développement scolaire de l'école. En se concentrant sur ses points forts et sans grands frais, le projet des écoles actives donne des résultats.

Évaluation

L'Institut des sciences de l'éducation appliquée de l'Université du Luxembourg offre un soutien méthodologique et scientifique au projet par le biais d'évaluations semestrielles à l'aide de tests et de questionnaires. En ce qui concerne les effets escomptés, le comportement social et d'apprentissage des élèves est primordial. Voici les résultats :

Évaluation du processus du personnel enseignant :

Les évaluations des enseignants sur la qualité de leur mise en pratique sont assez au-

torcritiques et ne sont certainement pas trop positives. Quant à la possibilité de mettre en place des devoirs actifs à la maison, elle n'a pratiquement jamais été utilisée. Les enseignants ont jugé que l'acceptation des leçons actives par les élèves était bonne ou très bonne.

Les périodes de relaxation (fig. 1) étaient principalement utilisées jusqu'à 5 fois par semaine ou de 5 à 10 fois par semaine. Il s'agit d'un bon taux de participation, ce qui indique que cet élément était populaire auprès des enseignants et des élèves. Plus de 40% des enseignants estimaient qu'il y a encore place à l'amélioration en ce qui concerne la façon dont ils mettent cela en pratique. Les résultats ultérieurs révèlent toutefois qu'un nombre croissant d'enseignants indiquent qu'ils utilisent maintenant ce type de leçon active bien ou très bien en classe.

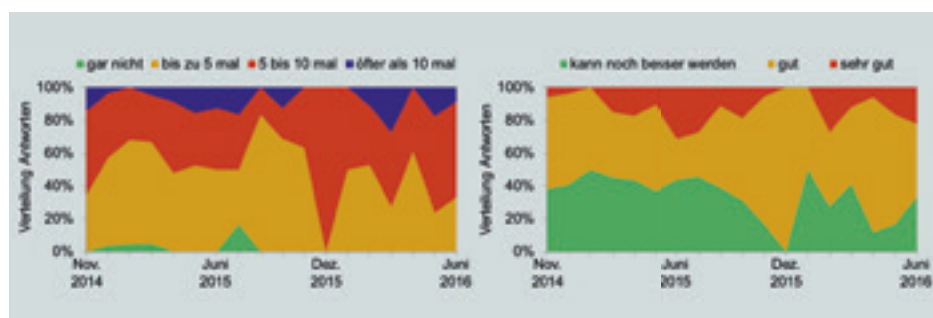
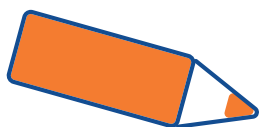


Abbildung 1. Ergebnisse der Prozessevaluation Lehrkräfte zum Baustein „Auflockerungs- und Entspannungsphasen“ — Häufigkeit des Einsatzes (links) und Einschätzung der Qualität (rechts). Bund A., Scheuer C. (2016)

Évaluation du processus par les élèves :

En principe, les résultats de l'évaluation du processus montrent qu'une nette majorité des élèves – souvent plus de 80% – ont régulièrement pris part à l'apprentissage actif pendant toute la période d'enquête. Environ 70% des élèves affirment que le mouvement durant les cours leur fait plus de plaisir que le cours classique.



Question : « Avez-vous pris plaisir à participer aux exercices physiques ? »

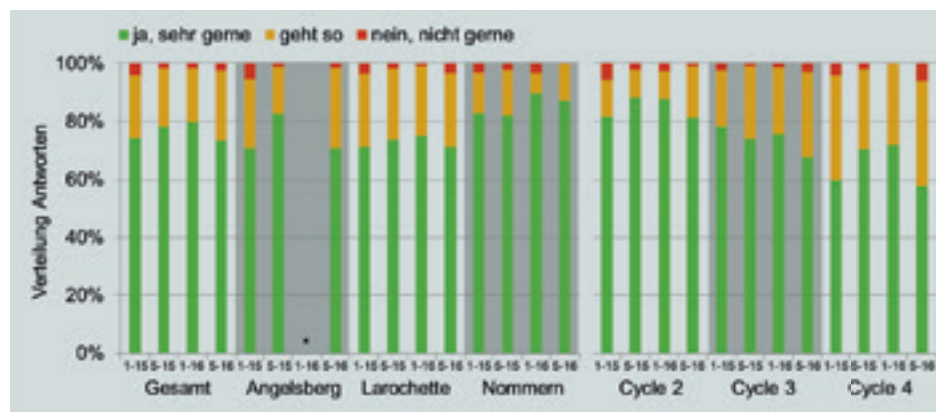


Abbildung 2. Ergebnisse der Prozessevaluation SchülerInnen nach Schulen und Cycles – „Hast Du gerne bei den Bewegungsübungen mitgemacht?“ Bund A., Scheuer C. (2016)

Évaluation du processus par les parents :

Les résultats de l'étude réalisée par l'université de Luxembourg, montrent une image positive du projet. Plus de 60% des parents parlent d'une plus-value du projet : ils constatent que leur enfant a plus de plaisir du mouvement et du sport, que la coordination de leur enfant s'est améliorée, que leur enfant va plus volontairement à l'école et que le climat de classe ainsi que le rapport avec l'enseignant se sont améliorés nettement.

Tabelle 1. Ergebnisse der Elternbefragung nach Zyklen. Bund A., Scheuer C. (2016)

Item	Mit „ja“ oder „manchmal“ antworten (%)			
	Cycle 1 n = 14	Cycle 2 n = 68	Cycle 3 n = 73	Cycle 14 n = 86
Ich habe bemerkt, dass mein Kind nun				
... mehr Freude an Sport und Bewegung hat.	85,7	69,1	69,8	60,5
... eine bessere Bewegungskoordination hat.	71,4	58,8	61,6	60,4
... mehr Spaß am Schulsport hat.	78,5	72,1	63,0	65,1
Mittelwert Sport und Bewegung	78,5	66,6	64,8	62,0
... lieber zur Schule geht.	64,2	70,6	57,6	55,8
... ein besseres Verhältnis zur Lehrkraft hat.	71,4	64,7	61,7	62,8
... weniger Angst vor Prüfungen hat.	35,7	47,1	48,0	45,4
... insgesamt ausgeglichener ist.	71,5	64,7	56,1	65,1
... öfter aus der Schule erzählt.	71,5	70,6	64,4	55,8
... ein besseres Verhältnis zu seinen Mitschülern hat.	71,4	60,3	56,2	61,6
... leichter in der Schule Freundschaften schließt.	64,3	52,9	48,0	59,3
Mittelwert Schul- und Klassenklima	64,3	61,5	56,0	57,9
... mehr Selbstvertrauen hat im Umgang mit schulischen Anforderungen.	71,4	63,2	71,2	58,1
... mehr Selbstvertrauen hat im Umgang mit seinen Mitschülern und/oder Freunden.	78,6	63,2	64,4	62,5
... sich besser unter Kontrolle hat, wenn es sich über etwas ärgert.	64,2	61,7	57,6	54,6
Mittelwert Selbstvertrauen und Ärgerkontrolle	71,4	62,7	64,4	58,4

Anmerkung: Zum Wert 100 fehlende Prozentpunkte entfallen auf die Antworten « nein » und « bin nicht sicher ».

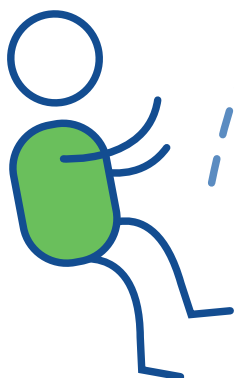
Un groupe de travail, composé d'enseignants de différents cycles et écoles, d'un représentant d'une maison relais, d'un représentant du MENJE et d'un directeur adjoint, a élaboré une plate-forme Internet où les instituteurs peuvent trouver des informations, des idées de pauses actives et d'apprentissage active, ainsi que les critères pour avoir le label.

www.clevermove.lu



Expériences des écoles

Selon les coordinateurs du cycle, le projet a été bien accueilli par les enseignants dans la plupart des écoles après une période initiale de réajustement. Au début, les enseignants avaient du mal à intégrer systématiquement les pauses actives dans leurs cours et oubliaient souvent de le faire par manque de temps. L'expérience montre que des heures fixes pour les pauses d'activité sont bénéfiques pour installer une certaine routine. De plus, l'enseignant peut motiver chaque semaine un autre élève pour rappeler les pauses. Une autre alternative serait d'intégrer les pauses dans un grand horaire accroché au mur ou à la porte de la classe. Ainsi, un rituel se développe progressivement.



« Les exercices d'apprentissage actif font rire les élèves et moi, ce qui, en soi, rend la prochaine leçon plus ouverte, plus amusante et agréable »

Enseignant C2.1 Bissen

« Après la pause d'apprentissage actif, je peux me concentrer mieux »

Elève C3 - Saeul

« Avec les jeux d'apprentissage actif, notre cerveau se repose et s'ajuste »

Elève C2.2 - Bissen

« Mon cerveau se refroidit et je peux penser mieux après »

Elève C2.2 - Bissen

« Depuis que nous avons commencé à faire régulièrement des exercices d'apprentissage actif, il m'est plus facile d'intégrer les pauses d'apprentissage actif dans ma routine scolaire. Il s'y adapte tout simplement »

Enseignant C2.2 - Bissen

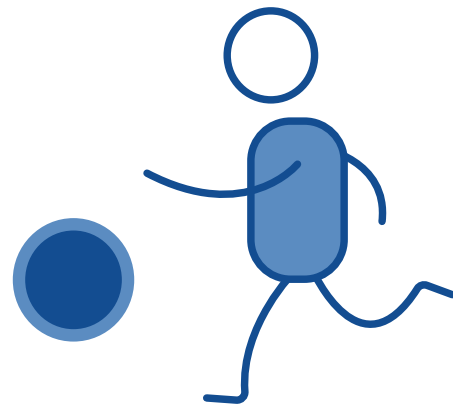
« J'adore les pauses d'apprentissage actif, parce que c'est différent de s'asseoir sur les chaises tout le temps. Et nous faisons presque toujours de grandes et drôles de choses »

Elève C4.1 - Angelsberg

Conclusion / Perspectives

Les commentaires des enseignants confirment que les activités ont été populaires auprès des élèves dès le début, ce qui a conduit les élèves à demander de plus en plus souvent à faire de l'activité physique pendant les cours. Cette observation a également été confirmée par les résultats de la recherche universitaire : environ 80% de tous les élèves ont déclaré qu'ils aiment les leçons d'apprentissage actif et y participent régulièrement.

Suite à cette phase pilote, le Ministère de l'éducation, de l'enfance et de la jeunesse (législature 2013-2018) entend déployer progressivement le projet au niveau national, en encourageant toutes les écoles primaires et les garderies d'enfants à s'inscrire au projet et à l'adapter au contexte local afin que tous les élèves puissent bénéficier de la valeur ajoutée générée par « clever move ».



SCRIPT

Service de Coordination de la Recherche et de l'innovation pédagogiques et technologiques



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



LITTÉRATURE

Abeling, I. & Städtler, H. (2008) **Bewegte Schule – mehr Bewegung in die Köpfe**. In: die Grundschulzeitschrift 212.213, 2008, S.43–45

Brägger, G. Hundeloh, H. Kottmann, L. Pack, R.-P., Posse, N. & Städtler, H. (2015) **Bewegung und Lernen**. Konzept und Praxis bewegter Schulen.

Bös, K. (2001) : **Bündnis « Gesunde Kinder »**. Vortrag auf dem Stuttgarter Sportkongress <http://www.sport.uni-karlsruhe.de/ifss/rd_download/GesundeKinder.pdf> [Abruf: 23.07.07]

Bös, K. (2006) et al. : **Gesundheit, motorische Leistungsfähigkeit und körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Luxemburg**. MENFP, MS, DMS, Luxemburg

Breithecker, Dieter; Dordel, Sigrid (2003): **Bewegte Schule als Chance einer Förderung der Lern- und Leistungsfähigkeit**. Wiesbaden/Köln.

Budde, H. U.a.(2008): **acute coordinative exercise improves attentional performance in adolescents**. Neuroscience Letter, 441(2) 219–223.

Bund A., Scheuer C. (2016): **Abschlussbericht zum Forschungsprojekt « Bewegter Unterricht in Luxemburg »**. Universität Luxemburg, ECCS, education, culture, cognition and society.

Dordel, S. & Breithecker, D. (2003). **Bewegte Schule als Chance einer Förderung der Lern- und Leistungsfähigkeit**. Haltung und Bewegung, Wiesbaden/Köln, 23 (2), 5–15.

Friedrich, G. / Preiß, G. (2003) : **Neurodidaktik. Bausteine für eine Brückenbildung zwischen Hirnforschung und Didaktik**. In: Pädagogische Rundschau, Jg. 57, Heft 2, S. 181 – 199.

Graf, C. / Koch, B. / Dordel, S. (2002) : **Körperliche Aktivität und Konzentration – Gibt es Zusammenhänge ?** In: Sportunterricht, Jg. 52, Heft 5, S. 142 – 145.

Graf, C. et al. (2003). **Zusammenhänge zwischen körperlicher Aktivität und Konzentration im Kindesalter – Eingangsergebnisse des CHILT-Projektes**. Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin, 54 (9), 242–246.

Illi, U. (1995). **Bewegte Schule. Die Bedeutung und Funktion der Bewegung als Beitrag zu einer ganzheitlichen Gesundheitsbildung im Lebensraum Schule**. Sportunterricht, 44, (10), 404–415.

Müller, C. & Petzold, R. (2002). **Längsschnittstudie Bewegte Grundschule: Ergebnisse einer vierjährigen Erprobung eines pädagogischen Konzepts zur bewegten Grundschule**. Sankt Augustin: Academia.

Müller, U. & Baumberger, J. (2004). **Bewegungspausen – eine Übungssammlung für Schule, Arbeit und Freizeit (1. Aufl.)**. Verlag Baumberger & Müller.

Scheich, Henning (2003) : **Lernen unter der Dopamindusche**. In : Die Zeit, Nr. 39, vom 18. September.

Schatz, M. (2003): **Pädagogisches Leadership. Studienbrief Nr. SM0210 des Master-Fernstudiengangs Schulmanagement der TU Kaiserslautern**. Unveröffentlichtes Manuskript. Kaiserslautern.



Spitzer, M. (2002): **Lernen, Gehirnforschung und die Schule des Lebens**. Heidelberg : Spektrum.

Shephard RJ, Volle M, Lavallée H, LaBarre R, Jéquier JC, Rajic M. (1984); **Required physical activity and academic grades ; a controlled longitudinal study**. In; Ilmarinen J Välimäki I, eds. Children and sport. Berlin, Germany;Springer Verlag; 58–63.

Trudeau F., Laurencelle L., J Tremblay, M Rajic, and R J Shephard (1998): **Follow-up of the Trois-Rivières Growth and Development longitudinal study**. Pediatric Exercise Science, 10, 368–377.

Wamser, P. (2003). **Einfluss körperlicher Aktivität auf Unterrichtsstörungen, Kreislauf und Konzentrationsleistungen von Heranwachsenden im Schulalltag**. Deutsche Sporthochschule Köln: Dissertation.



voyages

emile weber

éischtklasseg reesen



Montenegro
2019

Montenegro, der kleine unbekannte Balkanstaat an der südöstlichen Adriaküste hat die schönsten Strände Europas. Neben 117 Stränden hat der kleine Balkanstaat aber noch so viel mehr zu bieten: kristallklares Wasser, romantische Buchten, Berge, Schluchten und Wälder, sodass ebenso Abenteuerer voll auf ihre Kosten kommen. Zum 1. Mal ist Montenegro Austragungsort der Spiele der Kleinen Staaten Europas.



8 Tage:
26.05. -
02.06.2019

Erleben Sie die 18. Spiele der kleinen Staaten Europas in Montenegro

Teilnehmende Länder

Andorra, Island, Liechtenstein, Luxemburg, Malta, Monaco, Montenegro, San Marino und Zypern.

Sportliche Disziplinen

Basketball, Beach Volleyball, Boule, Judo, Leichtathletik, Schiessen, Schwimmen, Tischtennis, Tennis und Volleyball

Austragungsorte

Budvar, Bar, Tivat, Cetinje und Podgorica



TEAM LËTZEBUERG



Reiseverlauf

26.05.2019 – Sonntag

Vormittags Transfer im modernen Reisebus zum Flughafen Düsseldorf. Um 16.40 Uhr Abflug mit Flug, OU 425 nach Dubrovnik. Ankunft ca. 18.40 Uhr. Nach der Gepäckausgabe und dem Passieren der Zollkontrolle, Empfang durch die lokale Reiseleitung. Anschließend Transfer nach Budva, Abendessen unterwegs oder im Hotel. Zimmerbelegung.

27.05.2019 – Montag

Vormittags geführter Stadtpaziergang in Budva, gelegen auf einer kleinen Halbinsel. Budva einst beherrscht von den Venezianern und den Habsburgern, erstrahlt Budva heute in schönem neuen Glanz. Nachmittags Bootsfahrt zur Insel Sveti Nikolaus und Sveti Stefan. Abends Teilnahme an der offiziellen Eröffnungsfeier der XVIII. Spiele der kleinen Staaten Europas.

28.05– 31.05.2019 – Dienstag bis Freitag

Erleben Sie die XVIII Spiele der Kleinen Staaten Europas in Budva/Montenegro.

01.06.2019 – Samstag

Budva – Cetinje – Njegos – Kotor – Perast – Budva (ca. 145km)

Nach dem Frühstück Fahrt in die alte Hauptstadt des Landes, Cetinje, kurze Besichtigung. Weiterfahrt über Njegos entlang des Lovcen Nationalpark nach Kotor. Vollständig von seiner imposanten Stadtmauer umgeben, konnte Kotor seinen mittelalterlichen Charme bewahren. Auf dem Rückweg nach Budva, Schifffahrt zur Klosterinsel Maria am Felsen.

02.06.2019 – Sonntag

Vormittags Transfer zum Flughafen in Dubrovnik. Um 13.40 Uhr Abflug mit Flug, OU 424 nach Düsseldorf, Ankunft gegen 15.50 Uhr. Anschließend Bustransfer nach Luxemburg.



Unser Partnerhotel

Budva : Hotel Avala ***

Lage:

Direkt am Strand gelegen, und nur 50 m von der Altstadt Budva entfernt.

Ausstattung:

2 Restaurants, Snackbar, Bar, Spa- und Wellnessbereich, Fitnessraum, Innen- und Aussenpool, Aufzug, chemische Reinigung und Bügelservice

Zimmer:

Die 300 Zimmer im hellen und modernen Design gehalten, verfügen alle über Klimaanlage, Safe, Radio, Fernseher, voll ausgestattetes Badezimmer mit Toilettenartikeln, Bademantel, Föhn und Hausschuhen.

Unsere Leistungen

- Zubringerdienst ab/bis Wohnort
- Transfer im modernen Reisebus ab/bis Luxemburg zum Flughafen Düsseldorf
- Flüge mit Croatian Airlines ab/bis Düsseldorf nach Dubrovnik in der Economy Klasse
- Sämtliche Flughafengebühren (Stand Juli 2018)
- Bustransfers hin und zurück ab/bis Flughafen Dubrovnik zum Hotel in Budva
- Abendessen am Anreisetag
- 7 Übernachtungen mit Frühstück im Hotel Avala oder gleichwertig
- Geführter Stadtrundgang Budva, Bootsausflug
- Tagesausflug inkl. Mittagessen am 01.06.2019
- Täglicher Bustransfer vom Hotel zu den Austragungsstätten, hin und zurück.
- Reise und Gepäckversicherung
- Eintrittskarte zu der Eröffnungsfeier

Andere Eintrittsgelder sind nicht inbegriffen.

Mindestteilnehmerzahl: 12 Personen



Preis pro Person

Doppelzimmer: 1.400 €

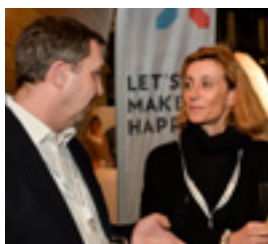
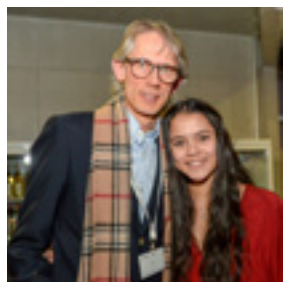
EZ-Zuschlag: 200 €

Zuschlag Meerseite: 105 €



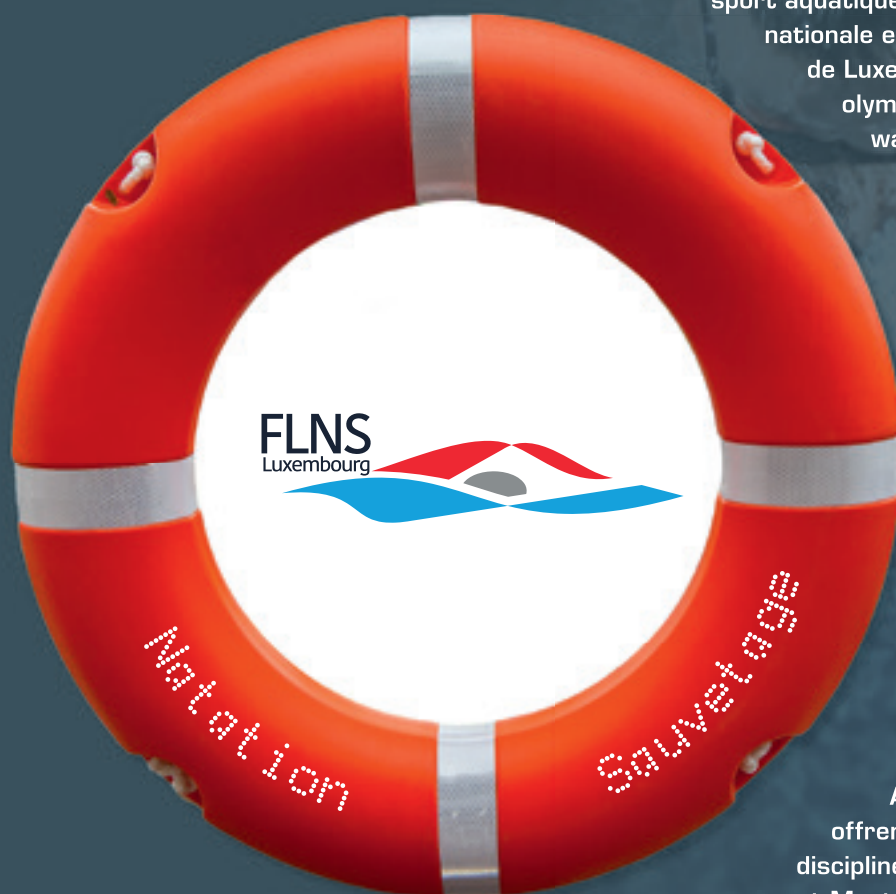
LU  **EMBOURG**
LET'S MAKE IT HAPPEN

Signature Nation Branding



Fédération Luxembourgeoise de Natation et de Sauvetage

La FLNS, Fédération Luxembourgeoise de Natation et de Sauvetage, a été créée en 1924 afin de structurer, d'organiser et de développer les activités du sport aquatique. Elle constitue la représentation nationale et internationale du Grand-Duché de Luxembourg pour les cinq disciplines olympiques, à savoir la natation, le water-polo, le plongeon, la natation synchronisée et la natation open water.



Sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale, le Prince Sébastien, la FLNS est affiliée au Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (COSL) et se soumet avec tous ses membres et tous ses licenciés aux règles de l'Agence Luxembourgeoise Antidopage (ALAD).

Au niveau international, la FLNS est membre de la Fédération Internationale de Natation (FINA) et de la Ligue Européenne de Natation (LEN).

Actuellement, 16 associations offrent des activités dans les différentes disciplines, des écoles de natation jusqu'au sport Masters.

3, route d'Arlon L-8009 STRASSEN ☎ (+352) 43 50 89 ✉ flns@flns.lu

www.flns.lu

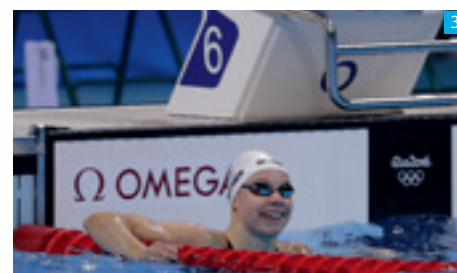
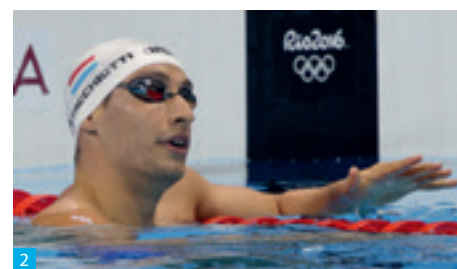
La natation

La natation représente une des disciplines olympiques les plus anciennes. Jusqu'à ce jour, elle reste une des disciplines de grande envergure ; dans le cadre des Jeux Olympiques, il y peut y avoir jusqu'à 34 compétitions différentes avec des distances entre 50 et 1500m.

Nager constitue un des sports les plus bénéfiques pour la santé ; il sollicite le système cardio-vasculaire, tous les muscles du corps et développe l'endurance. Par ailleurs, la maîtrise de la natation prévient activement le risque de noyade et contribue à la sécurité individuelle au quotidien.

Les clubs affiliés à la FLNS offrent des activités de natation pour tout âge et pour tout niveau de prestation : en commençant par les écoles de natation, en passant par la natation orientée « loisirs » jusqu'à la natation de compétition et la participation à des championnats nationaux et internationaux.

Au cours de différents Championnats Européens et Mondiaux, ainsi que lors Jeux Olympiques pour Jeunes, d'autres athlètes comme Jean-François Schneiders, Julien Henx, Pit Brandenburger, Sarah Rolko et Monique Olivier, ont pu agir au niveau international avec un succès extraordinaire.



A titre d'exemple, nous pouvons citer :

Laurent Carnol : 15^e place aux demi-finales des 200m brasse aux J.O. de Londres (2012) et Sportif de l'Année (2012), 9^e place aux Championnats Mondiaux de Barcelone (2013)

Raphaël Stacchiotti : Champion d'Europe Junior (2009, 2010), 6^e des Championnats d'Europe de Londres (2016) sur 200m quatre nages, 32 médailles d'or aux JPÉE, 4^e place aux Championnats du monde Junior de Mexique (2008)

Julie Meynen : 4^e place des Jeux Olympiques Jeunes de Nanjing (2014) sur 50m nage libre, médaille de bronze au Championnat d'Europe Junior de Poznan (2013) sur 100m nage libre

Monique Olivier : 9^e place aux Jeux Olympiques jeunes de Nanjing (2014) sur 800m nage libre, 14^e place aux Championnats Mondiaux de Doha (2014, bassin de 25m) sur 800m nage libre

1 Laurent Carnol, 2 Raphaël Stacchiotti, 3 Julie Meynen
© Gerry Smit

4 Championnat du Monde 2017 course de relais mixte : Julien Henx, Julie Meynen, Monique Olivier, Pit Brandenburger © FLNS

5 JPÉE 2013 course de relais : Raphael Stacchiotti, Julien Henx, Jean-François Schneiders, Pit Brandenburger @ JPÉE 2013 Luxembourg © FLNS

Les nageurs olympiques Yves Clausse (1988, 1992), Nancy Kemp-Arendt (1988), Lara Heinz (2000, 2004), Luc Decker (2000), Alwin De Prins (2000, 2004, 2008), Christine Mailliet (2008), Laurent Carnol, Raphaël Stacchiotti (tous les deux : 2008, 2012, 2016) et Julie Meynen (2016) ont marqué considérablement le développement de la FLNS.

Le water-polo

Le water-polo constitue le sport d'équipe olympique le plus ancien et figure dans le programme des Jeux Olympiques depuis 1900.

Deux équipes (mixtes ou non) à 7 joueurs jouent pendant quatre sessions de 8 minutes. Un joueur water-polo doit être fort en natation et disposer d'une bonne habileté avec le ballon.

Au Grand-Duché de Luxembourg, trois associations offrent cette activité sportive et participent à des tournois : le Cercle de Natation Diekirch, le Cercle de Natation Dudelange et le Swimming Luxembourg.



Depuis quelques années, la FLNS organise les Championnats Interrégionaux Luxembourgeois qui attirent de nombreux clubs de la Grande Région tels que Trèves, Longwy, Friedrichsthal et Sarrebruck et des jeux pour la jeunesse.

Photos © Dan Castiglia (FLNS)

1 Matches de la jeunesse

2 Water-polo en action

3 Vainqueur de la Coupe de Luxembourg 2017-2018: Cercle de Natation Diekirch



Plongeon

Ce sport de compétition comportant plusieurs disciplines fait partie des Jeux Olympiques depuis 1904.

On distingue :

- le plongeon artistique (tremplin 1m et 3m)
- le plongeon de haut vol (de tremplins/plate-formes de 5m, de 7,5m et de 10m)
- le plongeon synchronisé (tremplin de 3m et plate-forme de 10m)

Le Konschtsprang Veräin Lëtzebuerg offre des entraînements et des compétitions dans les domaines de plongeon artistique et de plongeon de haut vol. De plus, il organise chaque année les Championnats nationaux et un tournoi international.

Une variante extrême du plongeon de haut vol constitue le plongeon d'écueil (High-Diving).

Photos © FLNS

1 Alain Kohl au Championnat du Monde 2017

2 Entraînement à la Coque

3 Nouvelle génération de plongeon

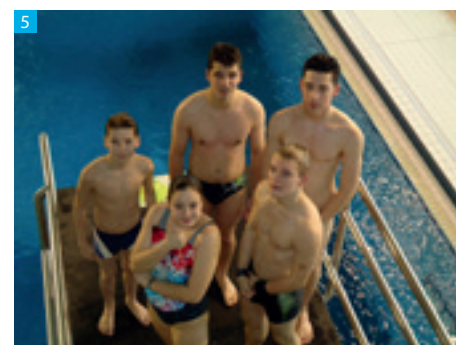
4 Alain Kohl au Championnat du Monde 2017 avec Pit Brandenburger, Laurent Carnol et Raphaël Stacchiotti

5 Champions nationaux de plongeon



ving). 2013, les compétitions de High-Diving avaient lieu pour la première fois lors des Championnats Mondiaux. Les dames sautent d'une plate-forme de 20m de haut, les hommes d'une plate-forme de 27m.

Le plongeur luxembourgeois le plus connu est Alain Kohl : Depuis 2011, le nageur, âgé de 36 ans, est régulièrement présent aux Red Bull Cliff Diving World Series et s'est qualifié en 2016 lors de la Coupe Mondiale d'Abu Dhabi pour les Championnats du Monde 2017 de Bucarest, où il a réussi à se placer 17^e.

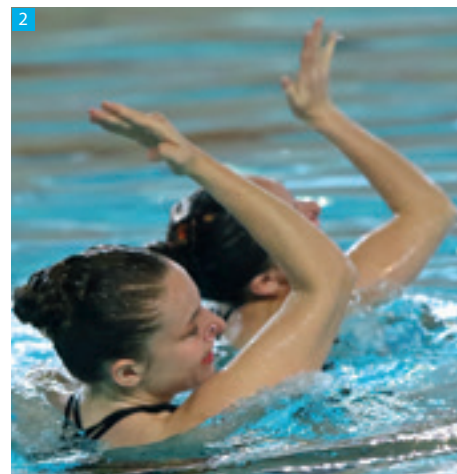


La natation synchronisée



Contrairement à ce que pense la majorité des gens, la natation synchronisée est une discipline très ancienne, qui, au début (1892), était réservée aux hommes. Ce n'est qu'en 1972 qu'a eu lieu un championnat mondial pour les femmes uniquement. Depuis 1984, la natation synchronisée fait partie des Jeux Olympiques. Actuellement, la natation synchronisée est pratiquée tant par des hommes que par des femmes.

La natation synchronisée constitue une discipline aquatique artistique sur base de musique qui peut être exercée seul ou en groupe. Elle comporte des éléments de la danse, de la natation, du rythme, ainsi que de l'esthétique.



Le Swimming Luxembourg et le Cercle de Natation Dudelage offrent cette activité sportive. Le Synchro-Cup du Swimming Luxembourg fait partie intégrante du calendrier des compétitions de la FLNS et attire régulièrement plus de 400 athlètes de toute l'Europe., vu sa renommée de compétition pour jeunes très bien organisée.

Photos © FLNS

1 Solo de Charlotte Formanek (Swimming Luxembourg)

2 Duo Soizic Hoscheit et Chloé Seimetz du Swimming Luxembourg

3 Team Junior de l'Entente du CN Dudelage et du Swimming Luxembourg

Le sport masters

Nagez-vous depuis toujours ?

Est-ce que la natation de loisir ne vous suffit plus ?

Dans ce cas, la natation en tant que sportif master (à partir de 25 ans) pourrait vous intéresser. En effet, la natation sportive n'est pas liée à un certain âge. Voilà pourquoi beaucoup de clubs de natation du pays offrent des entraînements réguliers pour chaque catégorie d'âge. De cette façon, vous avez la possibilité de maintenir votre

niveau d'entraînement et de participer à des compétitions.

Même les championnats d'Europe et du Monde pour les masters sont organisés pour toutes les disciplines en alternance annuelle.



Photos © FLNS

1 Carole Kettenmeyer-Reuland médaille d'argent 200m brasse au Championnat d'Europe 2018 et détient plusieurs records luxembourgeois

2 Les nageurs luxembourgeois Masters au Championnat du Monde 2017

3 Team masters du Cercle de Natation Dudelange

Le sauvetage

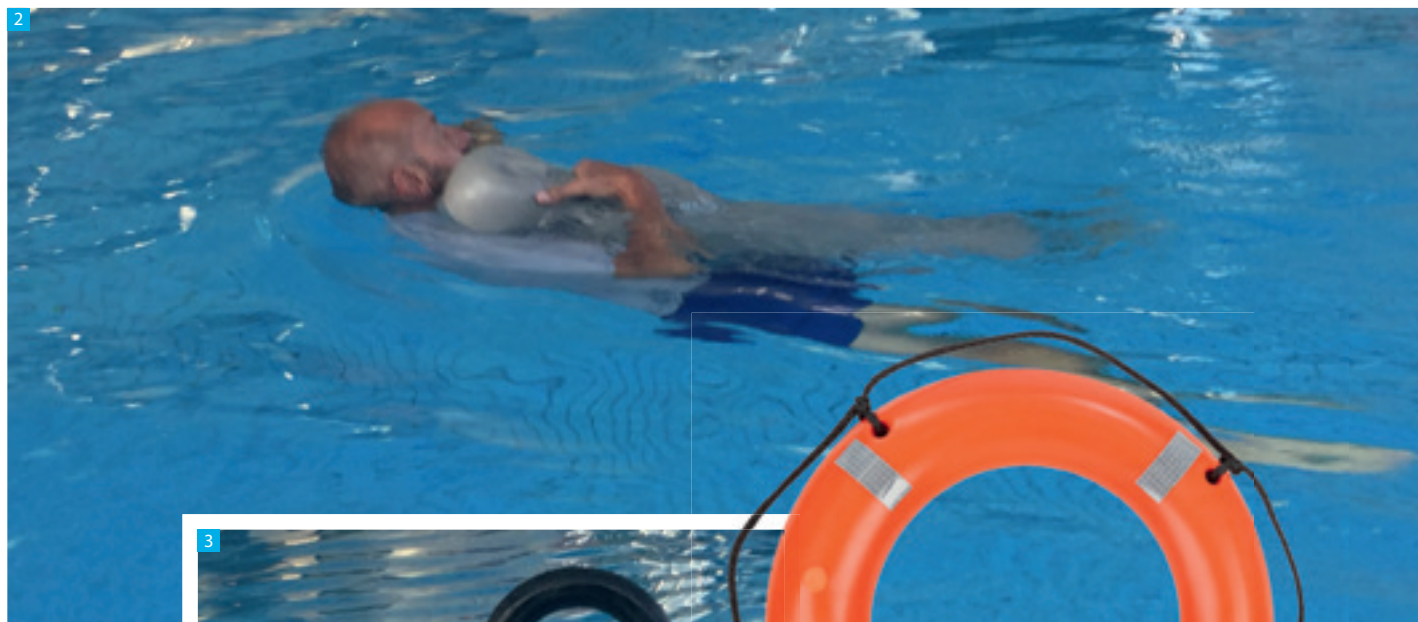
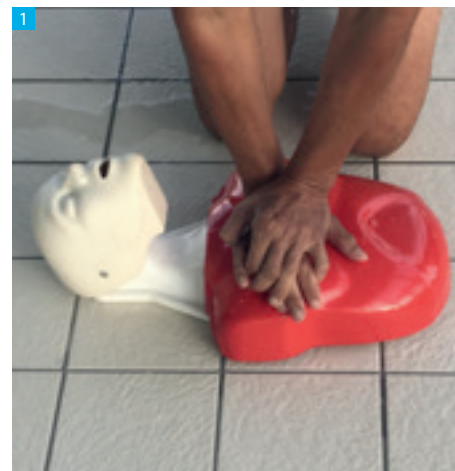
Le département sauvetage de la FLNS organise des cours et des examens pour l'obtention de divers certificats et pour être en mesure de sauver des vies en cas d'urgence.

- le brevet « Junior Life Saver » pour toutes les personnes à partir de 12 ans s'intéressant au sauvetage. Il habilite à assurer la surveillance au bassin : Toutefois, un maître-nageur doit être à proximité.
- le brevet « Lifesaver (Pool) » pour toute personne à partir de 16 ans assurent la

surveillance du bassin, sous réserve de la proximité d'un maître-nageur. De plus, il permet aux étudiants de travailler à titre rémunéré dans les piscines ouvertes.

- le brevet « Life Guard (Pool and Open Water) » pour des candidats adultes en possession des deux brevets susmentionnés depuis au moins 6 mois. Ce dernier brevet est nécessaire pour devenir formateur dans le domaine du sauvetage.

Pour plus d'informations, veuillez visiter le site internet <http://flns.lu/sauvetage.php>



Photos © FLNS

- 1 Formation en sauvetage II
- 2 Formation en sauvetage I
- 3 Formation en sauvetage II
- 4 Bouée de sauvetage

Les formations



La FLNS offre toute une panoplie de formations de base et de formations continues, du moniteur jusqu'à l'entraîneur de natation dans les domaines jeunes et élite et pour le personnel enseignant.



FLNS Kids Coach

Depuis 2015, en collaboration avec la Fédération Suisse de Natation, la FLNS forme des moniteurs et des entraîneurs pour la section écoles de natation sur base des standards les plus récents. Le certificat obtenu s'appelle Kids Coach (moniteur d'école de natation). A côté de fondements théoriques, la formation comporte beaucoup d'exemples pratiques utiles dans l'apprentissage de la natation aux enfants.

Entraîneur de natation licence C

Ouverte à tous les intéressés à partir de 16 ans, elle habilite à assurer l'entraînement de groupes de nageurs dans les clubs luxembourgeois.

Entraîneur licence B

Ouverte aux candidats adultes disposant d'une expérience en qualité d'entraîneur licence C. L'accent de cette formation et du domaine d'activité avec les athlètes est mis sur la natation de compétition.

Les deux formations d'entraîneur sont réalisées en collaboration avec l'Ecole nationale de l'Education Physique et des Sports (ENEPS).

School Swimming Teacher

Ces formations de base et de recyclage sont dispensées par la FLNS en coopération avec l'Institut de Formation de l'Education Nationale (IFEN) et s'adressent aux enseignants de l'enseignement fondamental et secondaire, ainsi qu'aux éducateurs.

Voilà un aperçu de la diversité des activités sportives offertes par les clubs affiliés à la FLNS.

Si vous êtes intéressé(e) à pratiquer un de ces sports aquatiques, nous vous accueillerons avec plaisir. Pour de plus amples renseignements, vous pouvez également consulter notre site internet www.flns.lu

Photos © FLNS

1 FLNS Kids Coaches II

2 Application pratique II

3 FLNS Kids Coaches I

4 Application pratique I

5 Cours théorique

« Pronto Campione come va ? »

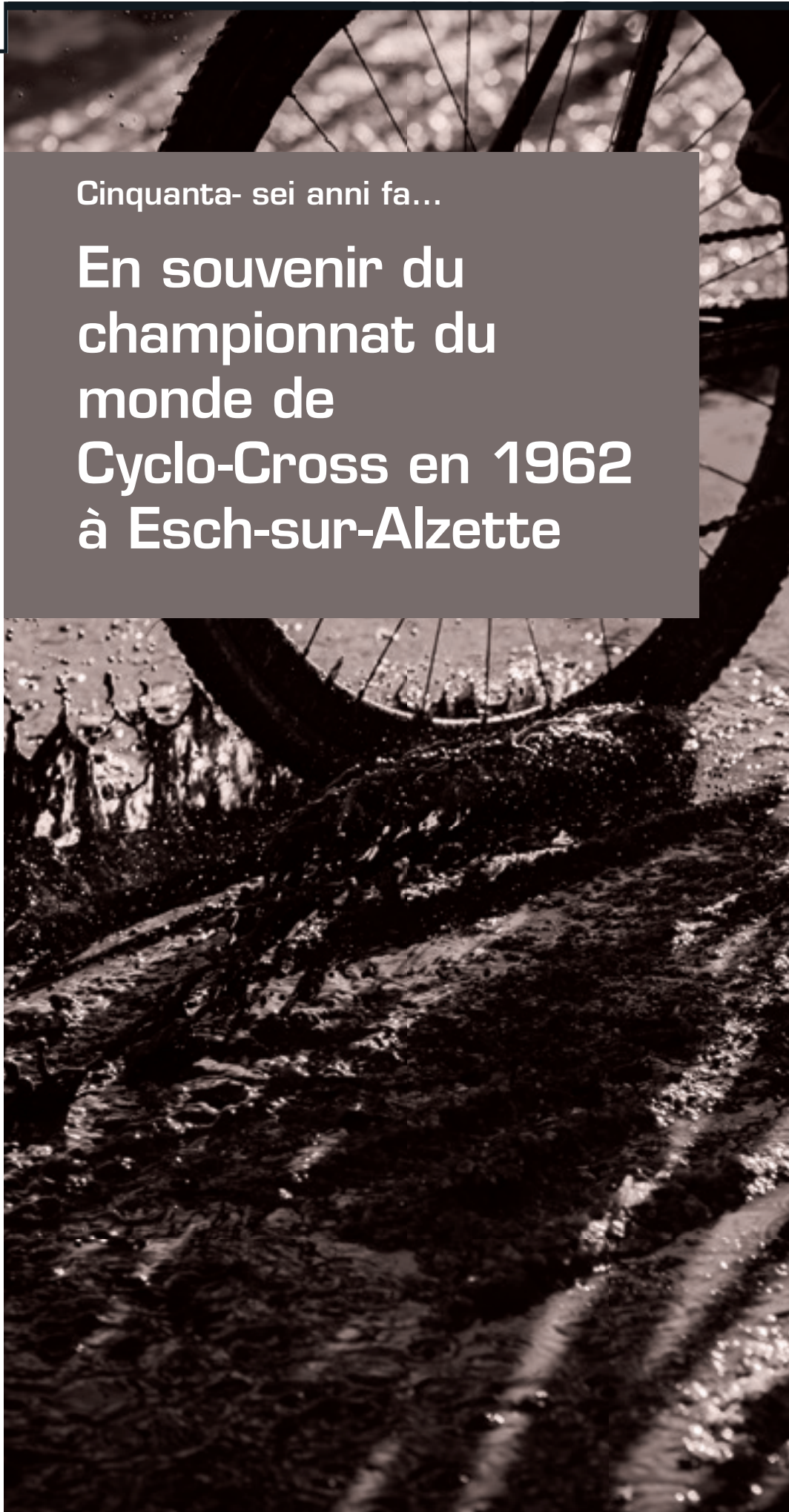
RL Ce fut en avant-première du mondial de Cyclo-Cross en janvier 2017 à Belval que, dans les colonnes du « Zeitung », nous avons publié sur deux pages une rétrospective relatant le championnat du monde de Cyclo-Cross qui s'était déroulé à quelques encablures de là sur les hauteurs du Galgenberg eschois en février 1962. L'article en question, intitulé « Forza Longo », richement illustré en photos d'époque et documents « vintage », à en juger d'après les échos qu'on en a eus, semble avoir plu aux anciens tout en éclairant la lanterne des plus jeunes, certes férus de vélo, mais ignorant leurs classiques.

L'évènement sportif en question que tout jeune nous avons eu l'occasion de suivre de près en un endroit stratégique, nous avait laissé des souvenirs impérissables à travers le vainqueur final à savoir l'italien Renato Longo. Ce n'est pas que les autres à l'instar de Charly Gaul, se classant bon cinquième, aient démerité, loin de là, mais ce fut la performance du longiligne et élégant coureur transalpin qui marqua les esprits du public venu en très grand nombre. C'est la raison pour laquelle nous nous attardions un peu plus longtemps sur Longo, ce gentleman apprécié par ses pairs pour sa classe, spécialiste des labourés et en plus bon coureur à pied, l'idole de notre jeunesse qui nous fit prendre goût au Cross cyclo-pédestre. Une passion qui a perduré au-delà des décennies et c'est donc quelque 55 années plus tard, après avoir pratiqué ce même sport au niveau le plus bas, que nous endossions avec joie une charge comme bénévole au Belval.

Ce fut dans ce cadre-là, que nous avons fait la connaissance d'un commissaire U.C.I. italien auquel nous avons demandé des nouvelles de son compatriote. Très intéressé par le reportage et son côté rétro, Mr. Ernesto Maggione nous proposa spontanément de ramener le journal dans ses bagages et de le faire suivre à Renato Longo qu'il dût rencontrer régulièrement lors de Cyclo-Cross en Vénétie. Quelques semaines plus tard et pour savoir si le quintuple champion du monde de Cross avait bien reçu la missive, je me décidai d'essayer de le joindre à l'ancienne... en lui téléphonant tout simplement.

Cinquanta- sei anni fa...

En souvenir du championnat du monde de Cyclo-Cross en 1962 à Esch-sur-Alzette





J'avais de la chance vu que le campione était « a casa » et ce ne fut pas sans une certaine émotion que j'entendis la voix du champion à l'autre bout du fil. S'en suivit un entretien des plus intéressants.

« Buon giorno, oui merci j'ai bien reçu le journal et, même si c'était écrit en « tedesco », j'ai apprécié ; merci pour l'invitation à Esch également, cela m'honore, mais là je regrette, vu qu'à 80 ans maintenant, je n'aime plus me déplacer aussi loin estimant avoir assez voyagé durant ma carrière . . . » Veuillez remercier la Commune d'Esch de ma part, merci d'avoir demandé de mes nouvelles et dites-leur que je suis toujours vivant . . . Je garde un excellent souvenir de ce mondial lointain même si la montée en ligne droite (la salita) du « Dieswee » était très dure. C'est dans les parties pédestres et dans la montée des escaliers vers le belvédère que j'ai pu faire la différence. »

A la question s'il continuait à faire du vélo, il affirma qu'il roulait encore jusqu'à trois fois par semaine sur une distance de quelque 40 kilomètres tout en faisant très attention en cours de route.

RL « Chez nous en Vénétie la circulation est très dense et il n'y a que peu de pistes cyclables et puis l'accident mortel de Michele Scarponi nous a tous beaucoup effrayé. Vous savez cela doit être un peu comme chez vous, on est toujours prêt à s'enflammer pour un champion, faisant vibrer alors la fibre patriotique, mais en contrepartie on n'est même pas capable de sensibiliser les chauffeurs et de se soucier de la sécurité des cyclistes.

J'assiste aux épreuves de Cyclo-Cross dans ma région en tant que spectateur après avoir été entraîneur également. Depuis Daniele Pontoni on n'a plus vraiment de grand spécialiste. »

Il faut savoir que Renato Longo est originaire de Vittorio-Veneto près de Trévise, le terroir du Prosecco et de San Tiziano, qui le fête le 16 janvier et fait fermer administrations et boutiques ce jour-là.

Est-ce-que vous avez gardé des contacts avec d'autres anciennes gloires, vos adversaires d'antan, comme Rolf Wolfshohl par exemple ?

RL « Rolf je l'ai rencontré il y a quelques années en arrière lors du mondial à Corva près de chez moi . Lui il était avant tout un excellent routier qui a remporté la Vuelta en 1965 et qui, en tâtant du Cyclo-Cross en guise d'entraînement l'hiver, s'est très vite pris au jeu et révélé être un surdoué dans ma discipline de prédilection également avec trois titres mondiaux à la clé » (en 1960 ; 61 et 63) »

A noter que Wolfshohl selon ses propres dires admirait et s'inspirait beaucoup de Charly Gaul au point d'être venu résider et travailler à Ettelbruck pendant un certain temps afin de se rapprocher un maximum de celui qu'il avait pris pour exemple. En 1958 le jeune Allemand fut même licencié un an durant au club cycliste local de U.C.N.

La route parlons-en, est-ce-que vous avez disputé des courses sur route également Mr. Longo ?

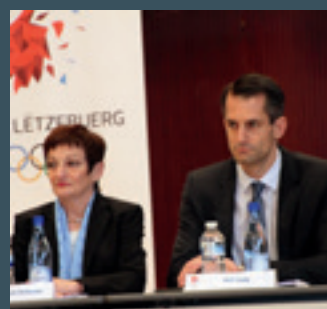
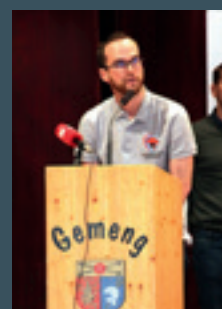
RL « Oui certes mais sans exagération. J'ai même participé au Tour d'Espagne sous les couleurs de la Salvarani avec Wolfshohl mais j'ai abandonné. Sur piste par contre je fus plusieurs fois sacré champion d'Italie au Vigorelli derrière Dery.

En Cyclo-Cross j'ai remporté cinq titres mondiaux en tout- en 1959 ; 1962 ; 1964 ; 1965 et 1967- et remporté deux médailles d'argent et une de bronze, terminant encore septième en 1971. Un an plus tard j'ai remporté mon douzième et dernier titre de champion d'Italie- autant de fois que Claude Michely au Luxembourg . . . avant de raccrocher à 35 ans et de retourner à mon club d'origine, le V.C. Vittorio-Veneto, ce après avoir couru pour quatre équipes professionnelles »

Complimenti et grazie mille Signor Longo de nous avoir accordé cet entretien.

Guy van Hulle

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE COSL



Assemblée générale du COSL 2018



L'Assemblée générale 2018 a eu lieu le 17 mars 2018 au Centre de loisirs "Am Sand" à Niederanven.

A côté des points usuels figurant sur l'ordre du jour des assemblées générales, l'admission de la Luxembourg Field Sports Federation (LFSF), fut au programme.

Tous les critères d'admission étant remplis, l'Assemblée générale approuve unanimement l'admission du nouveau membre.



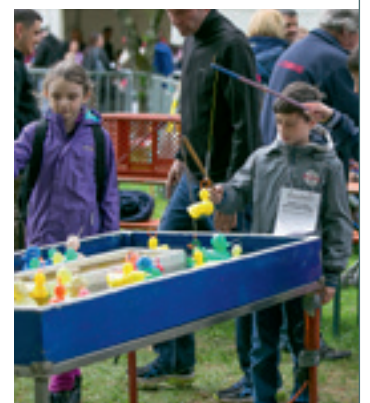


Grande fête sportive du COSL

37^e COSL Spillfest

Jeudi, le 10 mai 2018 à Kockelscheuer











Journée Olympique 2018

Daniel



JOURNÉE
OLYMPIQUE

La traditionnelle Journée Olympique du Cosl a eu lieu le 29 juin 2018 au Bambësch. Environ 130 enfants du cycle 4.1 et 4.2 venant de Cessange, de Strassen et de Weiler-la-Tour y ont participé. La Journée s'est déroulée cette année sous forme d'un rallye olympique.

A côté des valeurs olympiques comme le respect et le fair-play, l'inclusion et l'intégration ont été au centre de la Journée Olympique. Afin de concrétiser cette der-



Raufen » et ils ont dû montrer de l'adresse lors d'un « Blanneparcours » p.ex.

D'autre part on leur a demandé p.ex. des noms de sportifs olympiques luxembourgeois. Bien que tout le monde ait cité Josy Barthel, cette question s'est avérée assez difficile. Heureusement Alwin de Prins et Laurent Carnol étaient de la partie ce qui permettait aux jeunes de leur poser des questions à propos du déroulement et de l'atmosphère des Jeux Olympiques. D'autres épreuves étaient plus faciles ; p.ex. quand il s'agissait de reconnaître différents sports sur base de pictogrammes.

Notons encore que le comportement des enfants était irréprochable ce qui a sans doute contribué au succès de la Journée Olympique. Un grand merci à tous ceux qui nous ont aidés à organiser cette journée, à assurer les ateliers ou encore à accompagner les jeunes pendant le rallye.

Au plaisir de vous revoir à la Journée Olympique 2019.

nière idée, 12 groupes mixtes, déterminés auparavant avaient été créés. Le rallye s'est appuyé sur les thèmes suivants : bouger, apprendre et découvrir et il s'est déroulé de 9 à 16 heures avec une pause déjeuner de 12 à 13 heures.

Sous un ciel radieux-mais heureusement il y avait aussi beaucoup d'ombre-les enfants se sont mis en route avec leurs accompagnateurs pour parcourir 6 circuits d'environ 1,2km chacun. Au milieu de chaque circuit il y avait un atelier où, pendant une vingtaine de minutes, les jeunes devaient résoudre des tâches de savoir-faire (4 ateliers) et de savoir (2 ateliers). Ainsi ils se sont bien défoulés dans un atelier « Ringen und







FOR READY ON

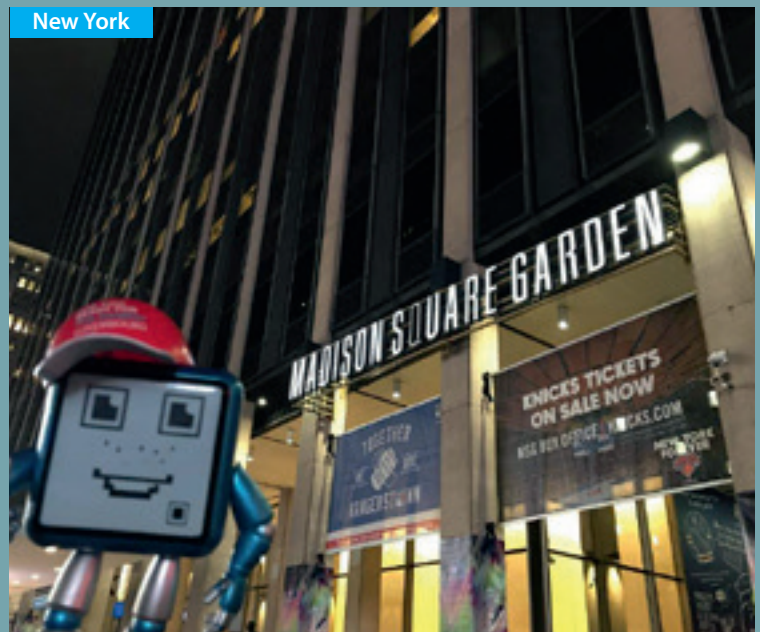
NFL London Games



Willemstad, Netherlands Antilles



Let's make it happen



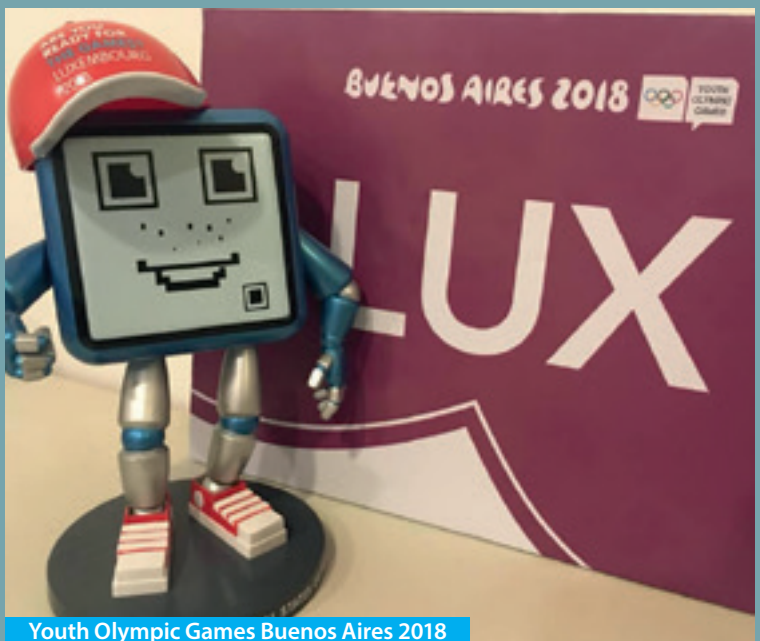
New York



Sportspress awards night



Berlin DFB Pokalfinale



Youth Olympic Games Buenos Aires 2018



Shaw Park, Saint Ann, Jamaica



Berlin Unter den Linden



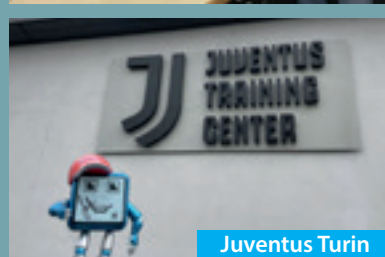
Julia Görges
(BGL BNP Paribas Luxembourg Open 2018)



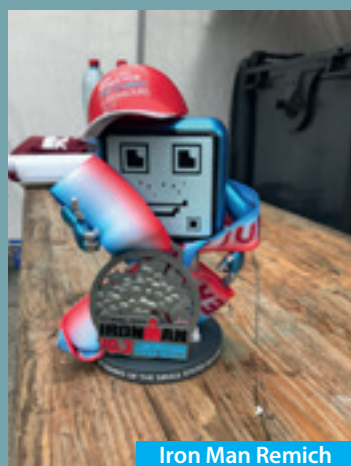
AC Milan



Juventus Turin



Cayman Islands



Iron Man Remich



Hawaii

Cavalcade Remich 2018



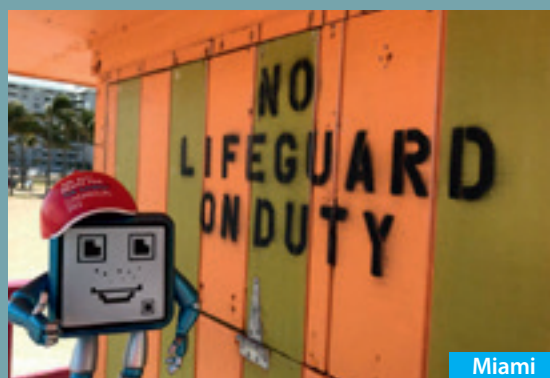
Paris



Circuit Spa-Francorchamps – Eau Rouge



San Marino



Miami



Estadio Benito Villamarín



Que sont-ils devenus... ?

Yves Clausse

Que devient Yves Clausse aujourd'hui ?

YC Je travaille dans notre entreprise familiale « Boissons Clausse » de Diekirch. Ce métier me laisse malheureusement peu de temps pour des activités sportives régulières ou un engagement comme entraîneur au sein de notre club de natation, le Cercle de Natation Diekirch.

Comment êtes-vous venu au sport, à la natation ?

YC Par amour des activités aquatiques.

Quel a été votre modèle contemporain ?

YC Michael Gross, Stéphan Caron, Alexander Popov

Continuez-vous dans le monde du sport, en pratiquant, en enseignant, comme dirigeant, ... ?

YC Oui, en tant que membre dans le comité du CNDie et dans le CA de notre fédération, la FLNS.



Quels sont vos souvenirs des journées de compétitions ... ?

YC J'aime me souvenir de l'esprit d'équipe qui existait, soit dans le club, dans l'équipe nationale et surtout lors des Jeux des petits Etats et des Jeux Olympiques.

Quelle est la meilleure compétition de votre carrière ?

YC Ma médaille d'argent au Gymnasiades de Nice en 1986 sur 100m nage libre.

Quels conseils donneriez-vous aux jeunes sportifs d'aujourd'hui qui veulent un jour participer aux Jeux Olympiques ou aux Jeux Paralympiques ?

YC S'entraîner rigoureusement et avec conséquence. Et ceci avec des entraîneurs de qualité, au moins à partir du moment où on a atteint un certain niveau.

Comment voyez-vous la natation au Luxembourg ?

YC La natation luxembourgeoise se positionne sur un très bon niveau. Ceci n'est possible que grâce à une approche professionnelle de tous les agents engagés, les nageurs et nageuses, les entraîneurs, l'encadrement au sein des clubs, de la FLNS, du COSL et du staff médical et physio-thérapeutique. Le fait qu'il faut commencer jeune et s'engager avec conséquence, réduit le cadre des jeunes nageurs, car le Luxembourg est limité par sa démographie et il y a un énorme choix d'activités proposées.

Est-ce que les valeurs olympiques/paralympiques fondamentales, l'excellence (donner toujours et partout le meilleur de soi-même), l'amitié et le respect (de soi-même et des autres) ont influencé votre vie ?

YC Oui, je pense que mon caractère a fortement été influencé et formé par ces qualités.



Impressiounen

Mon meilleur moment sportif

Mon meilleur résultat aux Jeux Olympiques de Seoul 1988 et Barcelone 1992

YC 28. sur 50m nage libre aux Jeux de Seoul 1988.

Mes meilleures impressions des Jeux Olympiques de Seoul 1988 et Barcelone 1992

YC Entrer comme porteur de drapeau pour le Luxembourg lors de la cérémonie d'ouverture à Barcelone en 1992.

Une anecdote des Jeux Olympiques

YC Mon élimination lors du 50m nage libre de Barcelone, à cause de mes deux faux départs, résultant d'une motivation exagérée et d'une concentration dérangée par plusieurs facteurs avant le départ, est devenue un moment primordial de ma vie.

Mon slogan sportif

YC Fair play


Qu'est-ce qu'il faudrait améliorer dans le monde du sport ou dans votre discipline en particulier

YC Trouver des moyens pour motiver les enfants et jeunes à faire des activités sportives.

Dates à retenir

2019

2019 du 27 mai au 1 ^{er} juin	Jeux des petits Etats d'Europe au Monténégro (MNE)	
2019 30 mai	38^e COSL Spillfest	
2019 14 juin	Journée Olympique du COSL	
2019 du 21 au 30 juin	2^e Jeux Européens à Minsk (BLR)	
2019 du 21 au 27 juillet	Festival Olympique de la Jeunesse Européenne d'été à Baku (AZE)	
2019	ANOC World Beach Games à San Diego (USA)	
2020 du 9 au 22 janvier	Jeux Olympiques de la Jeunesse à Lausanne	
2020 du 24 juillet au 4 août	Jeux Olympiques d'été à Tokyo (JPN)	



We give you the energy
You write the story

Luxembourg energy provider

enovos.lu



Les partenaires du CIO



THE WORLDWIDE OLYMPIC PARTNERS



Mars 2019 / N° 86

EDITEUR: Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (COSL) — 3, rte d'Arlon — L-8009 Strassen — Tél.: (352) 48 80 48-200
Fax: (352) 48 80 74 — <http://www.cosl.lu> — E-mail: cosl@cosl.lu **■ GROUPE DE RÉDACTION:** Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (COSL) **■ PHOTOS:** IOC, Archives COSL, Archives LW, Noël Vo, Claude Sibenaler, Roland Miny, pressphoto.lu, Shutterstock.com **■ MISE EN PAGE:** print solutions **■ PRINTMANAGEMENT:** print solutions **■ TIRAGE:** 6.600 exemplaires dont 6.500 abonnés — Imprimé sur papier blanchi sans chlore
■ Les articles publiés dans le Flambeau ne reflètent pas nécessairement l'opinion du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (COSL)

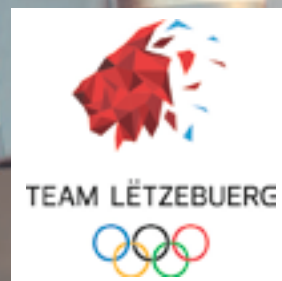
Revue officielle du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois



AN ENGER WELT DÉI ÄNNERT
**LOOSSEN SECH ALL
EMOTIOUNEN DEELEN**

**MIR BLEIWEN ENGAGÉIERT FIR
D'PASSIOUN A PROJETEN DÉI IECH UM
HÄERZ LEIEN Z'ËNNERSTËTZEN.**

bgl.lu



BGL BNP PARIBAS S.A. (50, avenue J.F. Kennedy, L-2951 Luxembourg, R.C.S. Luxembourg : B6481) Communication Marketing September 2018



**BGL
BNP PARIBAS**

**D'Bank
fir eng Welt
déi ännert**

Vivons la passion du sport ensemble.



Comité Olympique et
Sportif Luxembourgeois



TEAM LËTZEBUERG



Partenaires Or



Partenaires Argent



Partenaires Bronze



Partenaires Média



Location Partner

