



## ASSOCIATION LUXEMBOURGEOISE DES GROUPES SPORTIFS POUR CARDIAQUES a.s.b.l

Association sans but lucratif - Reconnue d'utilité publique - Agrément du Ministère de la Santé n° B  
53/98 Registre de Commerce et des Sociétés, Luxembourg: No F4815  
4, rue Barblé, Centre Hospitalier-service de Cardiologie- Boîte postale 1366, L-1013 Luxembourg

### PROGRAMME D'ÉTÉ 2025 | Section Nord

à partir du 30 juin 2025

#### **Promenade**

**Parcours de fitness - Forêt "Seitert" Montée de la Seitert-Fridhaff**

LUNDI : 09h30 – 10h30 (débutants)  
10h30 – 11h30 (avancés)

#### **Entraînement d'intervalle (renforcement, équilibre)**

**Centre Pontalize, salle de rééducation**

MARDI 18h00 (Rdv 17h45 avant l'entrée principale)

#### **Aquagym (à partir du 17/07/25)**

**Piscine Colmar-Berg**

MARDI 09h15 (rdv) – 10h15  
JEUDI 09h15 (rdv) – 10h15

**Attention: Fermeture de la piscine du  
15/08 – 01/09/2025 et le 09/09/2025**

#### **Gymnastique open**

**École Fondamentale Ettelbruck**

VENDREDI 17h15 – 18h15

#### **Nordic Walking**

SAMEDI 08h30 – 10h00 (débutants)  
10h00 – 11h30 (avancés)

Pendant toute l'année, les lieux de départ sont communiqués par courrier/ message et sur le site internet [algsc.lu](http://algsc.lu). (Renseignements au N° 621 355 624 Françoise)

**Les cours organisés au Lycée Technique d'Ettelbruck (musculature et gym sur musique) continueront jusqu'au 31/07/25, l'aqua gym jusqu'au 22/07/25**

**Pour tout renseignement supplémentaire, veuillez contacter le N° 661 818 297**

---

#### **ADRESSES:**

École Fondamentale 1, Place Marie-Thérèse, L-9064 Ettelbruck

Centre Pontalize 1, rue du Deich, L-9012 Ettelbruck

---