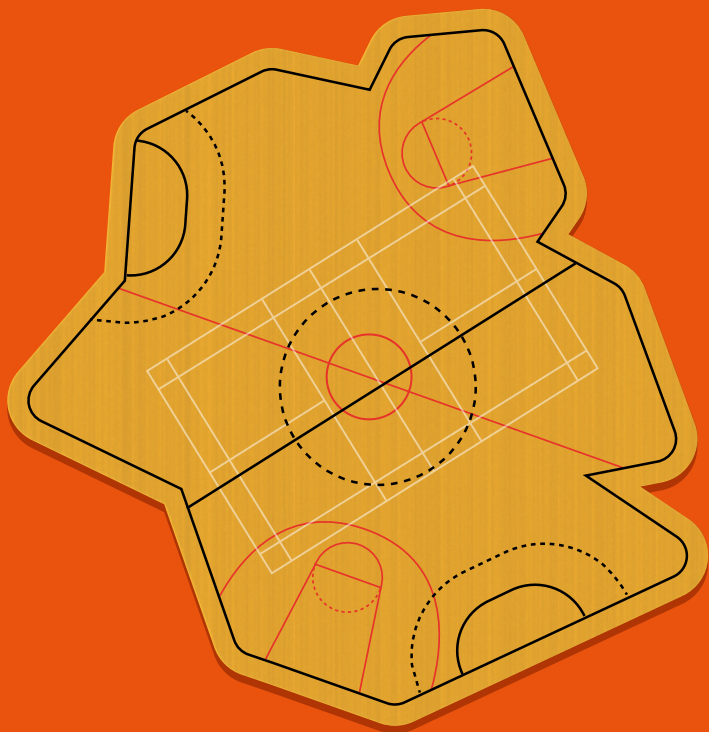


SPORT LESSENREEKSEN VAN DE VGC-SPORTDIENST

SPORTSEIZOEN '18-'19

Voor kinderen en volwassenen
met een beperking



In deze folder vind je een overzicht van de G-sportlessenreeksen die de VGC-sportdienst organiseert in Brussel.

G-sportlessenreeksen zijn er voor iedereen die wil sporten en om één of andere reden niet volwaardig aan bod komt in een reguliere sportclub. Of je nu slechthorend of slechtziend bent, een fysieke of verstandelijke beperking hebt of worstelt met een psychische kwetsbaarheid of zwaarlijvig bent of... . Iedereen is welkom!

In tegenstelling tot de gewone lessenreeksen - waar het tempo soms te hoog ligt, de uitleg te moeilijk, de prestatiedrang soms teveel primeert - staan in de G-sportlessenreeksen de mogelijkheden van de deelnemers en het pure sportplezier centraal.



GRATIS PROEFLES

Tijdens de eerste les mag je gratis komen proberen! Ook voor deze proefles moet je je wel eerst inschrijven zodat we weten wie we allemaal in de les mogen verwachten.

IEDEREEN WELKOM

Personen met een andere beperking/leeftijd zijn ook welkom om een proefles mee te doen en om te kijken of ze kunnen aansluiten. Broers, zussen en vrienden zonder beperking mogen ook deelnemen!

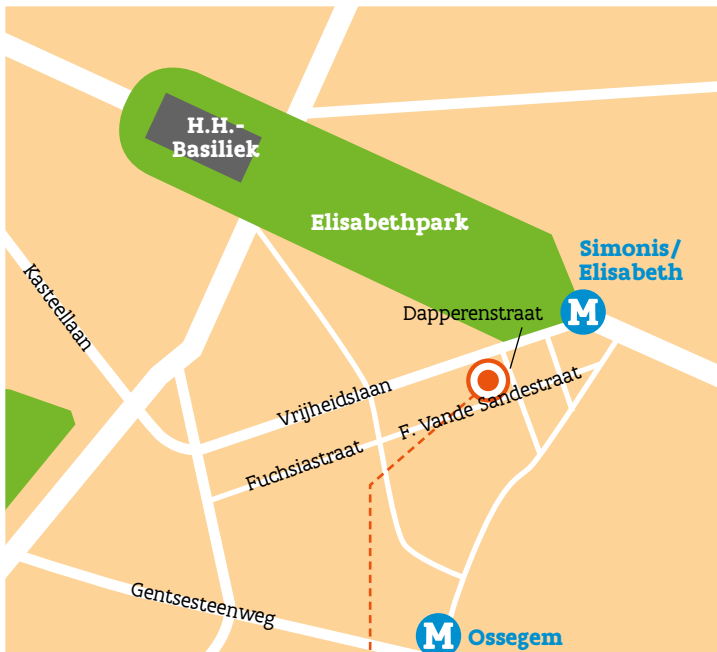
INSCHRIJVEN

Schrijf in via www.sportinbrussel.be of telefonisch op **02 563 05 14** (vragen naar Kristel of Kamal)

KORTINGEN

Informeer bij je ziekenfonds of zij een deel van het inschrijfgeld terugbetalen (meer info op: www.sportinbrussel.be/reducties)

De VGC-sportdienst aanvaardt de *Sport & Culture Pass*. Bezorg ons je cheques en rekeningnummer na afronding van je inschrijving.



VGC-sporthof Koekelberg

Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg
Metro 2, 6 (halte Simonis, Elisabeth)

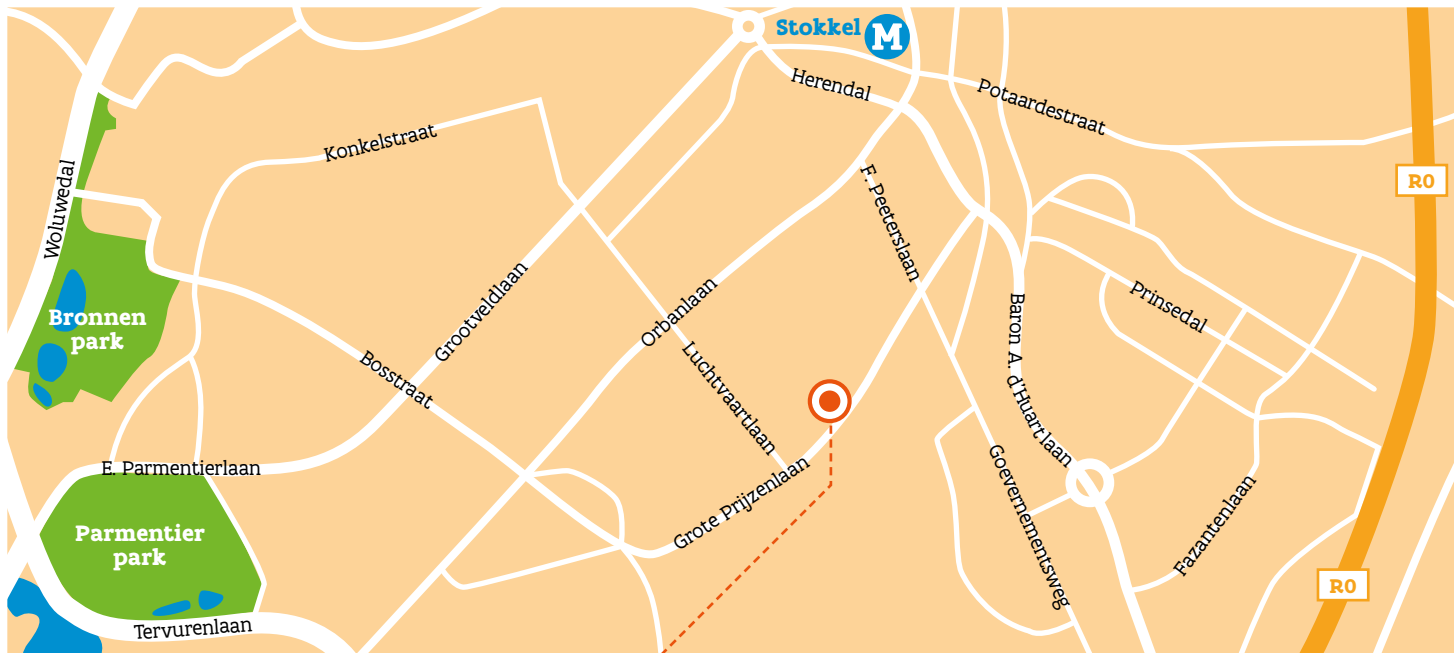
→ G-Multimove

Tijdens de Multimove-lessen leren de kinderen op een speelse manier de basisbewegingen zoals klimmen, springen, trekken en duwen, vangen en werpen...

Doelgroep: 3-8 jaar – voor kinderen met een verstandelijke en/of licht fysieke beperking of autismespectrumstoornis

Wekelijks van 3 oktober tot 29 mei 2019
op woensdag van 13u30 tot 15u (niet tijdens de schoolvakanties)

Prijs: € 38



Meertalig Atheneum

Grote Prijzenlaan 59 , 1150 Sint-Pieters-Woluwe
Bus 36 / tram 39 (halte 'Luchtvaartlaan') /
metro 1 (halte Stokkel)

→ G-omnisport

In deze lessen komen vooral verschillende creatieve bewegingsspelen aan bod. Er wordt gebruik gemaakt van kegels, verschillende soorten ballen, hoepels, pittenzakjes, hindernissen ... en nog zoveel meer. Plezier gegarandeerd!

Doelgroep: vanaf 21 jaar – voor volwassenen met een lichte verstandelijke beperking

Tweewekelijks van 6 oktober tot 25 mei 2019 op zaterdag van 14u tot 15u30 (niet tijdens de schoolvakanties)

Prijs: € 38

→ G-omnisport

Je hebt niet meteen een bepaalde sport in gedachten, maar je wilt toch graag meer bewegen? Kom dan naar de omnisportlessenreeks. Daar maak je kennis met verschillende sporten. Op het programma staan o.a. basketbal, badminton, hockey, new games ... Voor ieder wat wils!

Doelgroep: 15 tot 30 jaar – voor jongeren met een verstandelijke en/of licht fysieke beperking of autismespectrumstoornis

Wekelijks van 4 oktober tot 23 mei 2019 op donderdag van 20u tot 21 u (niet tijdens de schoolvakanties)

Prijs: € 32



Sportzaal De Maalbeek

Oudergemselaan 126, 1040 Etterbeek
Metro 1, 5 (halte Schuman) / bus 22, 27
(halte Nerviers) / bus 36, 80 (halte Leman)

→ G-omnisport

Niets leuker dan samen in groep te sporten!
Is het nu zaalvoetbal, badminton, hockey of
new games of bij mooi weer een partijtje
petanque? Er is voor elk wat wils!

Doelgroep: vanaf 21 jaar – voor volwas-
senen met een psychische beperking of
autismespectrumstoornis

Wekelijks van 4 oktober tot 23 mei 2019
op donderdag van 14u45 tot 15u45 (niet
tijdens de schoolvakanties)

Prijs: € 32



MEER SPORT?

Wie een volledig overzicht wil van het sportaanbod voor personen met een beperking in Vlaams-Brabant en Brussel, kan via onze website de **G-sportbrochure 2018-2019** aanvragen.

Naast dit specifieke aanbod zijn ook de meeste VGC-sportlessenreeksen toegankelijk voor personen met een beperking. Een seintje op voorhand zorgt ervoor dat wij extra informatie kunnen geven en de nodige voorzieningen kunnen treffen.

Een overzicht van deze lessenreeksen en het volledige Brusselse, Nederlandstalige sportaanbod vind je in de **sportgids** of op **www.sportinbrussel.be**.



**Vragen over het aanbod in deze
folder of andere sportvragen?
Contacteer de sportdienst!**

VGC-sportdienst

Emile Jacqmainlaan 135, 1000 Brussel

02 563 05 14 • sportdienst@vgc.be

www.sportinbrussel.be

[facebook/sportinbrussel](https://www.facebook.com/sportinbrussel)

Metro 2/6 haltes: Rogier, IJzer

Metro 1/5 halte: De Brouckère