

Op 13-05-2024 selecteerde je 8 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "In de week, Ouderen, Duiken, Tennis, Qigong, Conditiegym"

Conditieport - GOLDkaart

Een conditiesport met naast kracht- en lenigheidsoefeningen ook ludieke spelvormen.

€ 35

Volwassenen

Ouderen

18+



ma 25.09.2023 - ma 24.06.2024

op maandag van 10.30 u. tot 11.30 u.



VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be



Qi gong - GOLDkaart

Qi gong bestaat uit trage bewegingen die rustig en vloeiend worden uitgevoerd met een rustige, diepe buikademhaling.

€ 35 (voor een GOLDkaart)

Volwassenen

Ouderen

18+



di 26.09.2023 - di 25.06.2024

op dinsdag van 10.00 u. tot 11.30 u.



VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be



Conditiegym - GOLDkaart

In beweging blijven is belangrijk. Gym is goed voor de bloedsomloop, kracht en lenigheid.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

ma 25.09.2023 - wo 26.06.2024
op woensdag van 11.00 u. tot 12.00 u.

VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

VGC-sportdienst
[02 563 05 14](tel:025630514)
sportdienst@vgc.be



Speels boksen: GOLD-kaart

Laagdrempelige boksles waar je fit en blij van wordt.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

di 26.09.2023 - do 27.06.2024
op dinsdag van 14.00 u. tot 15.30 u.
op donderdag van 10.00 u. tot 11.30 u.

Gemeenschapscentrum De Markten vzw, Oude Graanmarkt 5, 1000 Brussel

VGC-sportdienst
[02 563 05 14](tel:025630514)
sportdienst@vgc.be



Nemo's diving

Nemo's diving

Volwassenen

Ouderen

20+

op dinsdag van 20.00 tot 21.00 u.

Triton Zwembad, Oud-Strijderslaan 300, 1140 Evere

Nemo's Diving vzw
[02 460 10 72 0471 49 57 16](tel:0246010720471495716)
pieterstheo@hotmail.com

Bevers Castors Diving - BCD (Duiken)

Ben je minstens 14 jaar oud, kan je zwemmen en ben je gezond? Proficiat, dan voldoe je aan alle vereisten voor een kandidaat-duiker! De eerste drie lessen bij B

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

10+



op woensdag van 20.00 u. tot 22.00 u.



Nereus Zwembad, Koningin Fabiolaplein 10, 1083 Ganshoren



Bevers-Castors-Diving vzw

0475 74 35 89

info@bcd-duikclub.be

<https://bcd-duikclub.be/> (<https://bcd-duikclub.be/>)



Tennis Anderlecht Tennis

Tennislessen voor jongeren en volwassenen. Indoor in de winter, outdoor in de zomer.

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

6+



op maandag van 17.00 u. tot 21.00 u.

op dinsdag van 17.00 u. tot 21.00 u.

op woensdag van 14.00 u. tot 21.00 u.

op donderdag van 17.00 u. tot 21.00 u.

op vrijdag van 17.00 u. tot 21.00 u.

op zaterdag van 9.00 u. tot 17.00 u.

op zondag van 9.00 u. tot 17.00 u.



Anderlecht Tennis vzw, Fruitstraat 73, 1070 Anderlecht



Anderlecht Tennis vzw

0473 53 32 09

jurgen.michiels@grandslam.be

<http://www.myanderlecht.be> (<http://www.myanderlecht.be>)



Tennislessen Grand Slam

Het tennisprogramma van Grand Slam is er voor iedereen. We ontwikkelen het potentieel van elke speler, ongeacht de leeftijd.

255€ (voor 4 tot 6 jaar) - 325 € (voor 7 tot 14 jaar) - 345 € vanaf 15j en volwassenen

Jongeren (12-18)

Baby's (0-1,5)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

Ouderen

1+



do 01.01.2015 - vr 31.12.2021

op maandag van 17.00 tot 21.00 u.

op dinsdag van 17.00 tot 21.00 u.

op woensdag van 14.00 tot 21.00 u.

op donderdag van 17.00 tot 21.00 u.

op vrijdag van 17.00 tot 21.00 u.

op zaterdag van 9.00 tot 18.00 u.

op zondag van 9.00 tot 14.00 u.



Grand Slam vzw, Fruitstraat 73, 1070 Anderlecht



Grand Slam vzw

0473 53 32 09

info@grandslam.be

<http://www.facebook.com/GdSlam> (<http://www.facebook.com/GdSlam>)

