

Op 13-05-2024 selecteerde je 9 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "In de week, Ouderen, Tennis, Nordic walking, 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

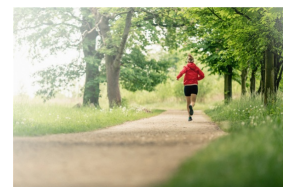
[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be



Outdoor Friskis & Svettis sports sessions @ Woluwe Park

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



Maak kennis met Friskis & Svettis, indoor en outdoor sport en fitness o

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

op woensdag van 19.30 tot 20.15 u.

op zaterdag van 10.00 tot 10.45 u.

Friskis & Svettis Brussels vzw, Rue du Bemel -, 1150 Sint-Pieters-Woluwe

Friskis & Svettis

[0486 85 15 51](tel:0486851551)

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

Nordic walking NFCB

NFCB is een club voor Nordic Walking, Skike en Pilates. De club biedt de mogelijkheid om Nordic Walking te ontdekken en regelmatig te beoefenen. De gediplome

Volwassenen

Ouderen

20+



op woensdag van 9.30 tot 11.00 u.

op zaterdag van 10.00 tot 11.30 u.

op zondag van 10.00 tot 13.00 u.



Nordic Fitness Center Brussels, Weldadigheidsstraat 7, 1210 Sint-Joost-ten-Node



Nordic Fitness Center Brussels (NFCB)

[0486 22 23 95](tel:0486222395)

frank@nfcbe.be

<https://www.nfcbe.be/nl/> (<https://www.nfcbe.be/nl/>)

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](tel:0473533209)

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>)

Nordic Walking

NFCB is een club voor Nordic Walking, Skike en Pilates. De club biedt de mogelijkheid om Nordic Walking te ontdekken

1€ (per wandeling)

Volwassenen

Ouderen

20+



do 01.01.2015 - vr 31.12.2021

op woensdag van 16.00 tot 18.00 u.

op zaterdag van 10.00 tot 11.30 u.

op zondag van 10.00 tot 13.00 u.



FEDOS Nordic Walkers, Warandepark -, 1000 Brussel



FEDOS Nordic Walkers

02 660 13 27 0498 53 82 84

gerychrist@voo.be

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