Sport in Brussel

Meer activiteiten vind je op www.sportinbrussel.be

Op 29-03-2024 selecteerde je 6 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "In het weekend, Ouderen, Lessenreeksen"

Prenatale Yoga

In balans tijdens je zwangerschap

€ 70

Volwassenen
Ouderen
18
- 110 jaar



© Alicia Petresc

za 23.09.2023 - za 15.06.2024
op 23.09.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 30.09.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 7.10.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 14.10.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 21.10.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 28.10.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 18.11.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 25.11.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 2.12.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 9.12.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 16.12.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 23.12.2023 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 13.01.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 20.01.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 27.01.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 3.02.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 10.02.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 24.02.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 2.03.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 9.03.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 16.03.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 23.03.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 30.03.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 20.04.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 27.04.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 4.05.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 18.05.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 25.05.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 1.06.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 8.06.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.
op 15.06.2024 van 10.30 u. tot 12.00 u.

Gemeenschapscentrum De Kriekelaar vzw, Gallaitstraat 86, 1030 Schaarbeek

GC De Kriekelaar
02 245 75 22
dekriekelaar@vgc.be
http://www.dekriekelaar.be/ (http://www.dekriekelaar.be/)

Pilates groep 1 (10 tot 11 uur)



Met pilates train je je buik-, bil-, rug- en bekkenbodemspieren. Je verbetert zo je houding, stabiliteit, coördinatie en ademhaling.

€ 210

Volwassenen
Ouderen
18
- 99 jaar

za 09.09.2023 - za 29.06.2024
op 9.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 30.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 7.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 28.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 18.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 25.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 2.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 9.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 13.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 20.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 27.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 3.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 10.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 24.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 2.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 9.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 30.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 20.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 27.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 4.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 18.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 25.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 1.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 8.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 15.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 22.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 29.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

Gemeenschapscentrum De Zeyp vzw, Zeypstraat 47, 1083 Ganshoren

GC De Zeyp
02 422 00 11
dezeyp@vgc.be
http://www.dezeyp.be (http://www.dezeyp.be)

Pilates groep 2 (11 tot 12 uur)



Met pilates train je je buik-, bil-, rug- en bekkenbodemspieren. Je verbetert zo je houding, stabiliteit, coördinatie en ademhaling.

€ 210

Volwassenen
Ouderen
18
- 99 jaar

za 09.09.2023 - za 29.06.2024
op 9.09.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 16.09.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 23.09.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 30.09.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 7.10.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 14.10.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 21.10.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 28.10.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 18.11.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 25.11.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 2.12.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 9.12.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 16.12.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 23.12.2023 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 13.01.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 20.01.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 27.01.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 3.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 10.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 24.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 2.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 9.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 16.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 23.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 30.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 20.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 27.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 4.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 18.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 25.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 1.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 8.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 15.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 22.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 29.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

Gemeenschapscentrum De Zeyp vzw, Zeypstraat 47, 1083 Ganshoren

GC De Zeyp
02 422 00 11
dezeyp@vgc.be
http://www.dezeyp.be (http://www.dezeyp.be)

Zumba



Zumba, dat zijn fitnessoefeningen op ritmische muziek. De bewegingen zijn gebaseerd op Latijns-Amerikaanse dans. Beginners zijn ook welkom.

€ 90

Volwassenen
Ouderen
18
- 99 jaar

zo 17.09.2023 - zo 30.06.2024
op 17.09.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 24.09.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 1.10.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 8.10.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 15.10.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 22.10.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 29.10.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 19.11.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 26.11.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 3.12.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 10.12.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 17.12.2023 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 21.01.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 28.01.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 4.02.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 11.02.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 18.02.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 25.02.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 3.03.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 10.03.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 17.03.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 24.03.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 21.04.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 28.04.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 5.05.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 26.05.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 2.06.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 9.06.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 16.06.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 23.06.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.
op 30.06.2024 van 10.30 u. tot 11.30 u.

Gemeenschapscentrum De Zeyp vzw, Zeypstraat 47, 1083 Ganshoren

GC De Zeyp
02 422 00 11
dezeyp@vgc.be
http://www.dezeyp.be (http://www.dezeyp.be)

Beweging en balans



Werk aan je balans, soepelheid, spierversterking en ademhaling. De lessen zijn een combinatie van yoga en taï chi.

€ 90

Volwassenen
Ouderen
18
- 99 jaar

zo 17.09.2023 - zo 30.06.2024
op 17.09.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 24.09.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 1.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 8.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 15.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 22.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 29.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 19.11.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 26.11.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 3.12.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 10.12.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 17.12.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 21.01.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 28.01.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 4.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 11.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 18.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 25.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 3.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 10.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 17.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 24.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 21.04.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 28.04.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 5.05.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 26.05.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 2.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 9.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 16.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 23.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 30.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.

Gemeenschapscentrum De Zeyp vzw, Zeypstraat 47, 1083 Ganshoren

GC De Zeyp
02 422 00 11
dezeyp@vgc.be
http://www.dezeyp.be (http://www.dezeyp.be)

Aikido Ban Sen Juku Volwassen



BAN SEN JUKU is een internationale school voor traditionele Japanse krijgskunsten met trainingsfaciliteiten (

Jongeren (12-18)
Volwassenen
Kinderen (6-12)
Ouderen
6+

vr 01.09.2023 - zo 01.09.2024
op maandag van 20.00 tot 22.00 u.
op dinsdag van 19.00 tot 21.30 u.
op donderdag van 19.00 tot 21.30 u.
op zaterdag van 11.30 tot 13.00 u.

BAN SEN JUKU-SCHOOL DER 10.000 STROMINGEN VZW, Ijskelderstraat 18, 1060 Sint-Gillis

Ban Sen Juku vzw
0479 78 33 94
info@bansenjuku.org
https://www.bansenjuku.org/ (https://www.bansenjuku.org/)