

Op 29-04-2024 selecteerde je 19 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Jongeren (12-18), Ouderen, Aerobics, Aquagym, Pilates"

Stadskriebels

Stadskriebels, hét sportfeest voor jong en oud!

Gratis

Baby's (0-1,5)

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

1+

 zo 05.05.2024

van 11.00 u. tot 18.00 u.

 Tour en Taxis, Havenlaan 86, 1000 Brussel

 VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be

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



Aquagym Zwemclub Wimber

Groepsles door een deskundige lesgever. De aquagym voor volwassenen gaat op hetzelfde moment door als de zwemlessen voor de kinderen.

150€ (voor het seizoen)

Volwassenen

Ouderen

18+

 vr 29.09.2023 - vr 31.05.2024

op vrijdag van 19.00 u. tot 20.00 u.

 VUB Campus-Etterbeek, Pleinlaan 2, 1050 Elsene

 Zwemclub Wimber

[0479 33 47 75](tel:0479334775)

zwemclubwimber@gmail.com

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

Aquagym - GOLDkaart

Bewegen in het water: het is een van de beste manieren om reuma en artrose te voorkomen en om spieren en gewrichten soepel te maken.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

 ma 25.09.2023 - ma 24.06.2024
op maandag van 16.00 u. tot 17.00 u.

 Zwembad Neder-Over-Heembeek, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

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



Indoor Friskis & Svettis 'jympa' sports sessions @ VUB

STAY FIT THE SWEDISH WAY! Maak kennis met Friskis & Svettis, indoor en outdoor sport en fitness op zijn Zweeds. Friskis & Svettis bestaat in vele v

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

11+

 op dinsdag van 19.00 tot 20.00 u.
op woensdag van 19.00 tot 20.00 u.
op donderdag van 19.00 tot 20.00 u.

 Friskis & Svettis Brussels vzw, Triomflaan 20, 1050 Elsene

 Friskis & Svettis
[0486 85 15 51](tel:0486851551)
jeroen.overstijns@hotmail.com
<http://www.friskis.be> (<http://www.friskis.be>)



Indoor Friskis & Svettis 'jympa' sports sessions @ GC De Maalbeek

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



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

5m: 125€, 10m: 215€, zomermaanden: gratis

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Ouderen

0+

-  op maandag van 13.00 u. tot 20.00 u.
- op dinsdag van 12.30 u. tot 21.00 u.
- op woensdag van 12.30 u. tot 13.30 u.
- op donderdag van 12.30 u. tot 13.30 u.
- op vrijdag van 12.30 u. tot 13.30 u.
- op zaterdag van 10.00 u. tot 13.00 u.
- op zondag van 10.00 u. tot 13.20 u.

 Friskis & Svettis Brussels vzw, Kloktorenstraat 22, 1040 Etterbeek

 Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

Zwemschool De Guppies

Zwemclub waar kwaliteit, plezier en ontspanning voorop staan. De Guppies richten zich tot kinderen vanaf 3,5 jaar. Zij doorlopen verschillende zwemgroepen, i

Jongeren (12-18)

Baby's (0-1,5)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

0

- 19 jaar

-  op maandag van 17.00 tot 20.00 u.
- op dinsdag van 17.00 tot 20.00 u.
- op vrijdag van 17.00 tot 20.00 u.
- op zondag van 8.30 tot 11.30 u.

 Zwemclub Guppies Ganshoren, Koningin Fabiolaplein 10, 1083 Ganshoren

 Zwemclub Guppies Ganshoren vzw

0476 84 42 90

tim_scheers18@hotmail.com

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

Pilates Yoga centrum Evere

Train je hele lichaam met pilates. Combineer kracht, lenigheid, lichaams-controle en bewuste ademhaling. Verbeter zo je houding, figuur, soepelheid en balans

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op woensdag van 20.15 tot 21.30 u.

 Yoga Centrum Evere, Windmolenstraat 39, 1140 Evere

 Yoga Centrum Evere

0475 23 20 79

vanbellingen-roegies@hotmail.com

Zwemschool De Guppies

Zwemclub waar kwaliteit, plezier en ontspanning voorop staan. De Guppies richten zich tot kinderen vanaf 3,5 jaar. Zij doorlopen verschillende zwemgroepen, iede

Volwassenen

Ouderen

20

- 64 jaar

 op maandag van 20.00 tot 21.30 u.

op dinsdag van 20.00 tot 21.00 u.

op vrijdag van 20.00 tot 21.00 u.

 Nereus Zwembad, Koningin Fabiolaplein 10, 1083 Ganshoren

 Zwemclub Guppies Ganshoren vzw

0476 84 42 90

tim_scheers18@hotmail.com

http://www.guppies.be (http://www.guppies.be)

Floatfit Laken

Floatfit Laken

Volwassenen

Ouderen

20+

 op maandag van 19.30 tot 20.30 u.

 Sportcomplex Laken, Kerkeveldstraat 73, 1020 Laken

 Aquatix BXL vzw

0485 96 09 94

aquatixbxl@gmail.com

https://www.aquatixbxl.com/floatfit (https://www.aquatixbxl.com/floatfit)



Meisjestraining

- **Voor wie:** 14+ meisjes en vrouwen
- **Waar:** Vierwindenschool, Steenweg op Merchtem 9
- **Wann**



leden: gratis, niet leden 2€

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op woensdag van 19.30 tot 21.30 u.

 Basisschool Vier Winden, Steenweg op Merchtem 9, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

 Zonder Handen vzw

[0471 45 47 94](tel:0471454794)

circus@zonderhanden.be

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

Yoga Centrum Evere

Train je hele lichaam met pilates. Combineer kracht, lenigheid, lichaams-controle en bewuste ademhaling. Verbeter zo je houding, figuur, soepelheid en balans.

Volwassenen

Ouderen

20+

 op woensdag van 20.15 tot 21.30 u.

 Yoga Centrum Evere, Windmolenstraat 39, 1140 Evere

 Yoga Centrum Evere

[0475 23 20 79](tel:0475232079)

vanbellingen-roegies@hotmail.com

Aquagym JVR Laken

Aquagym JVR Laken

Volwassenen

Ouderen

20+

 op woensdag van 18.00 tot 19.00 u.

 Jan-van-Ruusbroeckcollege, Forumlaan 4, 1020 Laken

 Aquatix BXL vzw

[0485 96 09 94](tel:0485960994)

aquatixbxl@gmail.com

<http://www.aquatixbxl.com> (<http://www.aquatixbxl.com>)



Aquagym Laken (Bockstael)

Aquagym Laken (Bockstael)

Volwassenen

Ouderen

20+

 op maandag van 20.30 tot 21.30 u.

 Sportcomplex Laken, Kerkeveldstraat 73, 1020 Laken

 Aquatix BXL vzw

0485 96 09 94

aquatixbxl@gmail.com

<http://www.aquatixbxl.com> (<http://www.aquatixbxl.com>)

Circus Zonder Handen

Bij Circus Zonder Handen kan je wekelijks les volgen in Circus, Acrobatie, Parkour & Tricking. We organiseren wekelijkse lessen in Molenbeek, Schaarb

4 tarieven afhankelijk van je gezinsinkomen

Jongeren (12-18)

Baby's (0-1,5)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

Ouderen

0+

 op maandag van 0.00 u.

op dinsdag van 0.00 u.

op woensdag van 0.00 u.

op donderdag van 0.00 u.

op vrijdag van 0.00 u.

op zaterdag van 0.00 u.

 Basisschool Vier Winden, Steenweg op Merchtem 9, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

 Zonder Handen vzw

0471 45 47 94

circus@zonderhanden.be

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



Indoor Friskis & Svettis 'jympa' sports sessions @ Mounier

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



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

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

11+



op woensdag van 20.00 tot 21.00 u.

op zaterdag van 11.30 tot 12.30 u.

op zondag van 10.00 tot 11.00 u.



Mounier Sportcentrum, Emmanuel Mounierlaan 87, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

Free Friskis & Svettis Summer indoor sports sessions @ Mounier

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



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

Gratis

Jongeren (12-18)

Baby's (0-1,5)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

Ouderen

0+



op zondag van 10.00 tot 11.00 u.



Mounier Sportcentrum, Emmanuel Mounierlaan 87, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

Online Friskis & Svettis sports sessions @ home

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



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

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

📅 op maandag van 8.00 tot 9.00 u.
op woensdag van 18.30 tot 19.30 u.

📍 Friskis & Svettis Brussels vzw, Online -, 1000 Brussel

📞 Friskis & Svettis
[0486 85 15 51](tel:0486851551)
jeroen.overstijns@hotmail.com
<http://www.friskissvettis.be> (<http://www.friskissvettis.be>)

Aquagym: GOLD-kaart

Bewegen in het water: het is een van de beste manieren om reuma en artrose te voorkomen en om spieren en gewrichten s

Volwassenen

Ouderen

20+

📅 do 01.01.2015 - vr 31.12.2021
op maandag van 15.00 tot 15.50 u.

📍 Brussels Ouderenplatform vzw, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

📞 BOp
[02 210 04 60](tel:022100460)
info@bop.brussels
<http://www.bop.brussels> (<http://www.bop.brussels>)

Dance fitness: GOLD-kaart

Een opwarming op en af een stevig platform. Ideaal voor een goede conditie en gestroomlijnde benen. Gevolgd door een

Volwassenen

Ouderen

20+

📅 do 01.01.2015 - vr 31.12.2021
op donderdag van 14.00 tot 15.00 u.

📍 Brussels Ouderenplatform vzw, Zaterdagplein 6, 1000 Brussel

📞 BOp
[02 210 04 60](tel:022100460)
info@bop.brussels
<http://www.bop.brussels> (<http://www.bop.brussels>)