

Op 12-05-2024 selecteerde je 3 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Volwassenen, Fitness, Lessenreeksen, Jette, Laken, Oudergem"

Beweging & Balans (proefles)

Kom gratis een les Beweging & Balans uittesten, en laat ons weten of we deze cursus in ons aanbod moeten opnemen.

Gratis

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar

 do 23.05.2024
van 18.00 u. tot 18.45 u.

 Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette

 GC Essegem
[02 427 80 39](tel:024278039)
essegem@vgc.be
<http://www.essegem.be> (<http://www.essegem.be>)



Total body work-out 3

Op een plezierige maar toch intensieve manier aan je conditie werken? Deze work-out combineert aerobics en spierversterkende oefeningen.

€ 30

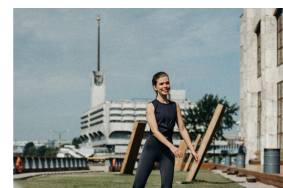
Volwassenen

18+

 do 18.04.2024 - do 06.06.2024
op 18.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.
op 25.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.
op 2.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.
op 16.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.
op 23.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.
op 30.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.
op 6.06.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

 Gemeenschapscentrum Nekkersdal vzw, Emile Bockstaellaan 107, 1020 Laken

 GC Nekkersdal
[02 421 80 60](tel:024218060)
info@nekkersdal.be
<http://www.nekkersdal.be> (<http://www.nekkersdal.be>)



Zumba

Zin om de stress los te laten én aan je conditie te werken? Dan is zumba iets voor jou: fitness op Latijns-Amerikaanse ritmes, in een toffe groep.

€ 84

Volwassenen

18+



wo 10.01.2024 - wo 26.06.2024

op 10.01.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 17.01.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 24.01.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 31.01.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 7.02.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 21.02.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 28.02.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 6.03.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 13.03.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 20.03.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 27.03.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 17.04.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 24.04.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 8.05.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 15.05.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 22.05.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 29.05.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 5.06.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 12.06.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 19.06.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

op 26.06.2024 van 17.45 u. tot 18.45 u.

📍 Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette

📞 GC Essegem

02 427 80 39

essegem@vgc.be

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



© Sophie Lenoir

