

Op 29-04-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Ouderen, Peuters (1,5-2,5), Dansen, Klimmen, Volleybal, Wandelen, Gymnastiek, Sport in clubverband, Lessenreeksen"

Powerwandelingen - GOLDkaart

Deze gezondheidswandeling leert ons de voordelen kennen van wandelen in de natuur.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+



ma 18.09.2023 - ma 17.06.2024

op maandag van 11.15 u. tot 12.45 u. (maandelijks)



Gemeenschapscentrum De Kroon vzw, Jean Baptiste Vandendrieschstraat 19, 1082 Sint-Agatha-Berchem



VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be



Afrikaanse Dans

Get ready to shake!

€ 160

Volwassenen

Ouderen

18

- 110 jaar



vr 29.09.2023 - vr 21.06.2024

op 29.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 6.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 13.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 20.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 27.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 10.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 17.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 24.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 1.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 8.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 15.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 12.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 19.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 26.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 2.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 9.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 23.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 1.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 8.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 15.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 19.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 26.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 3.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 17.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 24.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 31.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 7.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 14.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 21.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 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/>)



© Diego Liendo

BREAKDANCE PRACTICE

Een plek om zelfstandig je breakdance skills te oefenen

Gratis

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



ma 04.09.2023 - ma 24.06.2024

op 4.09.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 11.09.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 18.09.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 25.09.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 2.10.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 9.10.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 16.10.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 23.10.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 6.11.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 13.11.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 20.11.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 27.11.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 4.12.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 11.12.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 18.12.2023 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 8.01.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 15.01.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 22.01.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 29.01.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 5.02.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 19.02.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 26.02.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 4.03.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 11.03.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 18.03.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 25.03.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 15.04.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 22.04.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 29.04.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 6.05.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 13.05.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 27.05.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 3.06.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 10.06.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 17.06.2024 van 16.00 u. tot 21.00 u.
op 24.06.2024 van 16.00 u. tot 21.00 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/>)



© Ilja Tult

Sportief wandelen

In groep een uurtje sportief wandelen

5 € per reeks

Volwassenen

Ouderen

0+



do 01.02.2024 - wo 28.08.2024

op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u.



Boudewijnpark, Wemmelse Steenweg 285, 1090 Jette



KWB Laken - Jette

02 476 07 39

rita42tielt@gmail.com

<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



Conditieturnen Gymclub Forum

Een wekelijks uurtje conditieturnen waarbij alle spiergroepen worden aangesproken.

Voor mannen en vrouwen van alle leeftijden.

We turnen van

€3

Volwassenen

Ouderen

18+



wo 03.01.2024 - wo 18.12.2024

op woensdag van 20.15 u. tot 21.15 u.



Gymclub Forum, De Wahalaan 2, 1160 Oudergem



Gymclub Forum

0479 38 18 27

marijn_desmet@hotmail.com

Turnen Turngroep Blijf Fit

Blijf Fit' is het ideale uurtje sport voor actieve senioren. Tijdens dit uurtje werken we samen aan onze basisconditie. Iedereen dezelfde oefeningen, i

1,25€

Volwassenen

Ouderen

41+



op dinsdag van 14.00 tot 15.00 u.



Blijf Fit, Kortenbachstraat 7, 1130 Haren



Turngroep Blijf Fit

02 215 90 99 0473 57 23 56

depret.mp@scarlet.be

Conditiegym en recreatief volleybal Etterbecca

Turnclub Etterbecca is er voor iedereen die op een aangename en gezonde manier aan lichaamsbeweging wil doen. Een uurtje conditiegym waarbij aandacht besteed

60€

Volwassenen

Ouderen

20+



op dinsdag van 21.00 tot 23.00 u.



Turnclub Etterbecca, Oudergemselaan 126, 1040 Etterbeek



Turnclub Etterbecca

02 736 75 30 0477 46 86 53

lindahebberecht@skynet.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](tel:0486851551)
jeroen.overstijns@hotmail.com
<http://www.friskissvettis.be> (<http://www.friskissvettis.be>)



Volleybal dames GAVO Ganshoren

Volleybalclub uit Ganshoren met twee damesploegen.

Volwassenen

Ouderen

31

- 64 jaar

 op woensdag van 20.00 tot 22.00 u.

 Gavo Ganshoren, Vandervekenstraat 114, 1083 Ganshoren

 Gavo Ganshoren

0486 84 11 47

katrien2201@gmail.com

Klimmen Rising You Club

Welkom in de kleurrijkste klimclub van het land! 's Winters in de zaal, en 's zomers op rotsen. Of wat dacht je van slacklinen, een rappel of een tyrolienne?

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

11+

 op zondag van 18.30 tot 21.00 u.

 Rising You, Louis Moricharplein 56, 1060 Sint-Gillis

 Rising You vzw

0499 47 36 73

ruben.bruynooghe@gmail.com

<https://risingyou.be/> (<https://risingyou.be/>)

Fietsen en wandelen West-Uit

Twee keer per maand gaan we fietsen op zondag van begin maart tot einde oktober. Maandelijks wandelen we op zondag van begin november tot einde februari. Ver

Volwassenen

Ouderen

20+

 op zondag van 10.00 tot 16.00 u.

 West-Uit, Wisselende locatie -, 1000 Brussel

 West-Uit

02 465 39 99

pierre_heyman@hotmail.com

<http://www.info-zomaar.com/Sport.htm> (<http://www.info-zomaar.com/Sport.htm>)

Wandelen Wolu-Wandelclub

Wolu-Wandelclub van Sint-Pieters-Woluwe ging 40 jaar geleden van start. De club organiseert elke 1e en 3e zondag van de maand een namiddagwandeling. Iedereen

Volwassenen

Ouderen

0+

 op zondag van 14.00 u. tot 18.00 u.

 Wolu-Wandelclub, Luitenant Lippensstraat 7, 1040 Etterbeek

 Wolu-Wandelclub
[02 735 76 97 0485 80 56 55](tel:0273576970485805655)
bertje.dekeyzer@gmail.com

Gymnastiek Olympia Schaarbeek

Gymclub Olympia Schaarbeek wil de Brusselaar in contact brengen met gymnastiek. Op sportief vlak zijn we een doorgroeiclub die de kans biedt aan de jeugd om hun

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 woensdag van 13.30 tot 15.00 u.
op vrijdag van 17.00 tot 20.45 u.
op zaterdag van 10.00 tot 12.30 u.

 Gymclub Olympia Schaarbeek, Gallaitstraat 58, 1030 Schaarbeek

 Olympia Schaarbeek
[0496 35 41 64](tel:0496354164)
olympiaschaarbeek@gmail.com
<http://www.olympiaschaarbeek.be> (<http://www.olympiaschaarbeek.be>)



Ketjes Move VZW

Heb jij thuis een enthousiaste kleuter met veel energie? Dan is Ketjes Move zeker en vast voor jouw kleine spruit! Wij organiseren kleuterturnen met een combina

€63

Baby's (0-1,5)

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

0

- 10 jaar

 op zaterdag van 9.30 u. tot 10.30 u.

 Ketjes Move, Klaprozendreef 7, 1070 Anderlecht

 Ketjes Move vzw
[0494 77 91 60](tel:0494779160)
ketjesmove@gmail.com
<https://ketjesmove.wixsite.com/ketjes-move-vzw> (<https://ketjesmove.wixsite.com/ketjes-move-vzw>)

Gymnastiek Olympia Schaarbeek- E.HIEL

Gymclub Olympia Schaarbeek wil de Brusselaar in contact brengen met gymnastiek. Op sportief vlak zijn we een doorgroeiclub die de kans biedt aan de jeugd om hun

Baby's (0-1,5)

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

0

- 15 jaar

 op maandag van 16.30 tot 19.45 u.

 Gymclub Olympia Schaarbeek, Freesiadreef 7, 1030 Schaarbeek

 Olympia Schaarbeek

0496 35 41 64

olympiaschaarbeek@gmail.com

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



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

circus@zonderhanden.be

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



Open Parkour training

Op dinsdag kan je tijdens Open Parkourhal gebrui

leden gratis - niet leden: 2€/les

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16

- 64 jaar

 op dinsdag van 20.00 tot 22.00 u.

 Gemeenschapscentrum Nekkersdal, Emile Bockstaellaan 107, 1020 Laken

 Zonder Handen vzw

0471 45 47 94

circus@zonderhanden.be

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



Slackline Vrijdagen

Beginner of expert, slackline elke vrijdag mee om 21.00 uur. De slackline hangt aan de binnen boven onze klimmatten.

Gratis

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op vrijdag van 21.00 tot 23.00 u.

 École d'escalade à bloc a.s.b.l., Leonard Mommaertslaan 11, 1140 Evere

 École d'escalade à bloc a.s.b.l. vzw

02 486 87 83

admin@abloc.brussels

<http://www.abloc.brussels> (<http://www.abloc.brussels>)



Walk & Run Vrouwen

Kom elke week mee bewegen in het Warandepark. We wisselen af tussen wandelen, lopen en leuke bewegingsoefeningen.

Gratis

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

13+

 op donderdag van 13.00 u. tot 14.30 u.

 Les Gazelles De Bruxelles vzw, Parc de Bruxelles -, 1000 Brussel

 Les Gazelles De Bruxelles vzw

02 430 25 68 0479 42 78 10

info@gazelles.org

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



Dance Afro- Latino Vrouwen (Molenbeek)

Kom mee dansen en bewegen met onze groep voor vrouwen!

Gratis

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

10+

 op dinsdag van 13.30 u. tot 15.00 u.

 Les Gazelles De Bruxelles vzw, Pierre-Victor Jacobsstraat 17, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

 Les Gazelles De Bruxelles vzw

02 430 25 68 0479 42 78 10

info@gazelles.org

<http://lesgazellesdebruxelles.be> (<http://lesgazellesdebruxelles.be>)



Baby Gym (3-4 jaar)

Baby Gym (3-4 jaar)

Baby's (0-1,5)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

0

- 5 jaar

📅 op woensdag van 13.00 tot 14.00 u.
op zaterdag van 15.00 tot 16.00 u.

📍 Happy Gym, Ninoofse Steenweg 369, 1070 Anderlecht

📞 Happy Gym vzw
[0475 71 86 04](tel:0475718604)
happygymbelgium@gmail.com
<https://happygym.be> (<https://happygym.be>)



Sensual Stretch (1/2)

Sensual Stretch (1/2)

Volwassenen

Ouderen

20

- 64 jaar

📅 op maandag van 19.30 u. tot 21.00 u.
op zaterdag van 13.30 u. tot 15.00 u.

📍 Meduuz vzw, Delaunoestraat 58, 1060 Sint-Gillis

📞 Meduuz vzw
[0471 30 00 02](tel:0471300002)
nina.poels@outlook.com
<http://www.jezebel-studio.com> (<http://www.jezebel-studio.com>)

Mussels Training

Mussels Training

Volwassenen

Ouderen

20

- 64 jaar

📅 op woensdag van 17.00 u. tot 18.30 u.
op zaterdag van 12.00 u. tot 13.30 u.

📍 Meduuz vzw, Delaunoestraat 58, 1060 Sint-Gillis

📞 Meduuz vzw
[0471 30 00 02](tel:0471300002)
nina.poels@outlook.com
<http://www.jezebel-studio.com> (<http://www.jezebel-studio.com>)

Heels Base

Heels Base

Volwassenen

Ouderen

20

- 64 jaar



op maandag van 18.00 u. tot 19.30 u.



Meduuz vzw, Delaunoestraat 58, 1060 Sint-Gillis



Meduuz vzw

0471 30 00 02

nina.poels@outlook.com

<http://www.jezebel-studio.com> (<http://www.jezebel-studio.com>)