Sport in Brussel

Meer activiteiten vind je op www.sportinbrussel.be

Op 29-03-2024 selecteerde je 18 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Ouderen, Aerobics, Wandelen, 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
sportdienst@vgc.be

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)

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
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)

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_heymans@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
  bertje.dekeyzer@gmail.com

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)

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)

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
  jeroen.overstijns@hotmail.com
  http://www.friskissvettis.be (http://www.friskissvettis.be)

Multisport (Brussel)

Kom mee bewegen met Les Gazelles de Bruxelles en Fedasil Bordet (1000, Brussel). We stellen verschillende sporten voor (bv. wandelen, lopen, voetbal, sportieve



Gratis

Volwassenen
Ouderen
0+

- op woensdag van 14.30 u. tot 15.30 u.
- Les Gazelles De Bruxelles vzw, Wolstraat 200, 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)

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/)

Wandelen OKRA Trefpunt Ganshoren

Wandelen 50+

Volwassenen
Ouderen
55
- 99 jaar

do 01.01.2015 - vr 31.12.2021
op donderdag van 14.00 tot 17.00 u. (1ste donderdag van de maand van maart tot oktober)

GC De Zeyp, Van Overbekelaan 164, 1083 Ganshoren

OKRA - Ganshoren
02 465 96 58 0473 61 15 58
alfredjoseph@skynet.be

Wandelclub Eksteroog



2-wekelijkse wandeltochten met wisselende vertrekplaatsen in het Brusselse

€ 10 (jaar)

Volwassenen
Ouderen
50
- 99 jaar

do 01.01.2015 - vr 31.12.2021
op dinsdag van 10.00 tot 16.00 u.

Wisselende locaties, -, 1000 Brussel

BOp
02 210 04 60
info@bop.brussels
http://www.bop.brussels (http://www.bop.brussels)

Stappen en wandelen okra 55+ Jette

Stappen en wandelen in parken

Volwassenen

Ouderen

41+

do 01.01.2015 - vr 31.12.2021
op donderdag van 14.00 tot 16.00 u.

OKRA - Jette, Léon Theodorstraat 57, 1090 Jette

OKRA - Jette
02 244 28 93 0484 11 90 81
gillian.demaegd@okra.be
https://www.okra.be/activiteiten/trefpunt/jette (https://www.okra.be/activiteiten/trefpunt/jette)

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
info@bop.brussels
http://www.bop.brussels (http://www.bop.brussels)