

Op 13-05-2024 selecteerde je 22 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Ouderen, Boksen, Volleybal, Wandelen, Moderne dans"

wandeldag en pop up restaurant

kwb Ganshoren en kwb Laken-Jette organiseren een wandeldag in en rond het Laarbeekbos. . Er is keuze tussen verschillende afstanden, van 5 kilometer tot h&eacut

2€

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

18+

 zo 02.06.2024

van 9.00 u. tot 17.00 u.

 KWB Ganshoren - Club, Bosstraat 10, 1083 Ganshoren

 KWB Ganshoren

[0497 13 90 93](tel:0497139093)

kwb.ganshoren@gmail.com

<http://www.kwbganshoren.be/index.php/activiteiten-2023-2024/wandeldag-en-popupr...>

<http://www.kwbganshoren.be/index.php/activiteiten-2023-2024/wandeldag-en-popuprestaurant-2-juni-2024>



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



Boksen

Gevarieerde bokslessen open voor iedereen: de perfecte manier om fitter te worden en jezelf te leren verdedigen.

€ 80

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

7

- 77 jaar



vr 22.09.2023 - vr 21.06.2024

op 22.09.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 29.09.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 6.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 13.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 20.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 27.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 10.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 17.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 24.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 1.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 8.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 15.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 22.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 12.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 19.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 26.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 2.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 9.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 23.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 1.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 8.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 15.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 22.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 29.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 19.04.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 26.04.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 3.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 17.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 24.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 31.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 7.06.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 14.06.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 21.06.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

📍 Sportzaal De Maalbeek, Oudergemselaan 126, 1040 Etterbeek

📞 GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



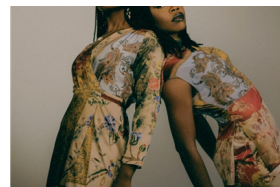
House dance

In deze cursus leer je de basis van house dance, en maak je kennis met de cultuur en visie van dit muziekgenre.

€ 10

Volwassenen

Ouderen





ma 02.10.2023 - ma 24.06.2024

op 2.10.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.
op 9.10.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.
op 16.10.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.
op 6.11.2023 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 6.11.2023 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 13.11.2023 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 13.11.2023 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 20.11.2023 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 20.11.2023 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 27.11.2023 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 27.11.2023 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 4.12.2023 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 4.12.2023 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 11.12.2023 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 11.12.2023 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 18.12.2023 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 18.12.2023 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 8.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 8.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 15.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 15.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 22.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 22.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 29.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 29.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 5.02.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 5.02.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 19.02.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 19.02.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 26.02.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 26.02.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 4.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 4.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 11.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 11.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 18.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 18.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 25.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 25.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 15.04.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 15.04.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 22.04.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 22.04.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 29.04.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 29.04.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 6.05.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 6.05.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 13.05.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 13.05.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 27.05.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 27.05.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 3.06.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 3.06.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 10.06.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.
op 10.06.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.
op 17.06.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 17.06.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 24.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 24.06.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

- 📍 Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis
- 📞 GC Pianofabriek
[02 541 01 70](tel:025410170)
info@pianofabriek.be
<http://www.pianofabriek.be/> (<http://www.pianofabriek.be/>)

Speels boksen: GOLD-kaart

Laagdrempelige boksles waar je fit en blij van wordt.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

- 📅 di 26.09.2023 - do 27.06.2024
op dinsdag van 14.00 u. tot 15.30 u.
op donderdag van 10.00 u. tot 11.30 u.

- 📍 Gemeenschapscentrum De Markten vzw, Oude Graanmarkt 5, 1000 Brussel
- 📞 VGC-sportdienst
[02 563 05 14](tel:025630514)
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](tel:024760739)
rita42tielt@gmail.com
<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



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](tel:027367530477468653)
lindahebberecht@skynet.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

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

bertje.dekeyzer@gmail.com

Training Idrissi Boxing Pro

De groepslessen vinden plaats in een familiale sfeer waarbij het programma aangepast wordt aan het niveau van elke persoon.



Wie op professioneel (wed

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op dinsdag van 19.30 tot 21.00 u.
op donderdag van 19.30 tot 21.00 u.

 Idrissi Boxing Pro, Kogelstraat 29, 1000 Brussel

 Idrissi Boxing Pro
[0488 43 35 34](tel:0488433534)
idrissi.boxing.pro@gmail.com

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](tel:0243025680479427810)
info@gazelles.org
<http://www.lesgazellesdebruxelles.be> (<http://www.lesgazellesdebruxelles.be>)



De H.B.B Bokslub

De H.B.B. is een Engelse bokslub en is aangesloten bij de Vlaamse boksliga. De less

Eerste 3 lessen: 5 euro per les (bokshandschoenen en windels beschikbaar) Verzekering & lidgeld: 35 euro/jaar 10-beurtenkaart:
80 euro 1 maand abonnement (2x per week): 50 euro 3 maand abonnement (2x per week): 120 euro

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op dinsdag van 19.30 tot 21.00 u.
op donderdag van 19.30 tot 21.00 u.

 Mondial Sport et Culture, Helmetsesteenweg 75, 1030 Schaarbeek

 De H.B.B. vzw
[0498 35 71 14](tel:0498357114)
dehbbclub@hotmail.com

Training Idrissi Boxing Pro Vrouwen

Deze bokslessen zijn enkel voor vrouwen bestemd en ze vinden plaats in een familiale sfeer, waarbij het programma aangepast wordt aan het niveau van elke per

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

- 📅 op dinsdag van 18.30 tot 19.30 u.
op donderdag van 21.00 tot 22.00 u.

📍 De Kleurdoos, Moutstraat 24, 1000 Brussel

📞 Idrissi Boxing Pro
[0488 43 35 34](tel:0488433534)
idrissi.boxing.pro@gmail.com



Brussels Boxing Academy Zomerperiode

De Brussels Boxing Academy is een club voor recreanten en competitieboksers. De club richt zich tot alle Brusselaars, jong en oud, jongens en meisjes, mannen

Gratis

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

6+

- 📅 op maandag van 13.00 tot 19.00 u.
op dinsdag van 13.00 tot 15.00 u.
op donderdag van 13.00 tot 15.00 u.

📍 Brussels Boxing Academy, Lessenstraat 37, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

📞 Brussels Boxing Academy
[0470 81 23 40](tel:0470812340)
tom.flachet@gmail.com
<https://www.facebook.com/people/BBA-Brussels-Boxing-Academy/100054516126916/>
[\(https://www.facebook.com/people/BBA-Brussels-Boxing-Academy/100054516126916/\)](https://www.facebook.com/people/BBA-Brussels-Boxing-Academy/100054516126916/)

ACADEMY		
JULI 2022		
SPORTZAAL: LESSENSTRAAT N°37, 1080 MOLENBEEK		
GRATIS INGAANG INDIEN INGESCHREVEN	CONTACT: ANAS 0488 14 84 12	
MAANDAG	DINSDAG	DONDERDAG
13u-15u 15u-18u	13u-15u 15u-18u	13u-15u 15u-18u
TRAINING KINDEREN & ADOS	TRAINING KINDEREN & ADOS	TRAINING KINDEREN & ADOS
VLIEGT TOEGANG	VLIEGT TOEGANG	VLIEGT TOEGANG

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](tel:0243025680479427810)
info@gazelles.org
<http://www.lesgazellesdebruxelles.be> (<http://www.lesgazellesdebruxelles.be>)



Training Volley Vorst

Elke woensdag trainen we in Ten Weyngaert. Iedereen welkom vanaf 20.00

150€/jaar of 5€/keer

Volwassenen

Ouderen

18+

 op woensdag van 21.00 u. tot 23.00 u.

 Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst

 Volley Vorst

0485 47 00 14

sarahcallens@gmail.com

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](tel:022100460)
info@bop.brussels
<http://www.bop.brussels> (<http://www.bop.brussels>)



Recreatieve volleybal Sportkring Veeweide '80

Recreatieve volleybal voor jong en oud in een familiale sfeer, "Sport is tof met Katleen".

(Woensdag) van 20:45

33€

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 do 01.01.2015 - vr 31.12.2021
op woensdag van 20.45 tot 22.30 u.

 Sportkring Veeweide '80, Veeweidestraat 80, 1070 Anderlecht

 Sportkring Veeweide '80
[0476 85 99 26](tel:0476859926)
sophie.waeben@ing.com

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](tel:0224428930484119081)
gillian.demaegd@okra.be
<https://www.okra.be/activiteiten/trefpunt/jette> (<https://www.okra.be/activiteiten/trefpunt/jette>)