

Op 16-05-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Ouderen, Dansen, Fietsen, Tennis, Pilates, Seniorensport, Sport in clubverband, Lessenreeksen"

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.



© Diego Liendo



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/>)

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 Tulit

Mountainbike Elzengym & Sport

Recreatieve club die maandelijks op de mountainbike springt. De tochten gaan op meerdere zondagen per jaar door en worden onderling nog afgesproken!

Volwassenen

Ouderen

18+



op zondag van 9.00 u. tot 15.00 u.



Elzengym en Sport, Wisselende locatie -, 1000 Brussel



Elzengym en Sport

[02 649 74 93 0476 39 52 29](tel:0264974930476395229)

stefan.martens@scarlet.be

<https://www.facebook.com/elzengymensport/> (<https://www.facebook.com/elzengymensport/>)

Fietsen Fietsclub 50+

Wekelijks wordt er tussen de 50 en 60 km gefietst tegen een snelheid van gemiddeld 15 km/uur op vlakke weg. 's Middags wordt er gepicknickt.

1€ (per tocht)

Volwassenen

Ouderen

41+



op donderdag van 10.00 tot 17.00 u.



Fietsclub 50+, Wisselende locatie -, 1000 Brussel



Fietsclub 50+

[02 216 57 82 0473 47 22 43](tel:0221657820473472243)

mieke.de.clercq3@telenet.be

<https://www.bop.brussels/> (<https://www.bop.brussels/>)

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>)

Fietsen Het Klaverke

Fietstochten aan een tempo dat iedereen aankan.

vanaf 14:00 (tweede en derde zondag van de maand)

Volwassenen

Ouderen

18+



op zondag van 14.00 u. tot 18.00 u.



Het Klaverke, Wisselende locaties -, 1000 Brussel



Het Klaverke

02 376 44 78

rdg37@outlook.be

Fietsen Koninklijke kring Woluwe Velo

Recreatieve fietsvereniging die wekelijks op de baan gaat.

Volwassenen

Ouderen

18+



op woensdag van 9.00 u. tot 12.00 u.

op zondag van 9.00 u. tot 12.00 u.



Koninklijke Kring Woluwe Velo, Wisselende locatie -, 1000 Brussel



Koninklijke Kring Woluwe Velo

02 772 27 53

roland.gilis@skynet.be

Fietsen WTC Haren Sport Plus

Elke dinsdag en/of donderdag vanaf 14u een fietstocht van ongeveer 75 km. Zondag vertrekken we vanaf 8u30 voor een rit van ongeveer 90-100 km. Vertrek aan de

Volwassenen

Ouderen

20+



op dinsdag van 14.00 tot 18.00 u.

op donderdag van 14.00 tot 18.00 u.

op zondag van 8.30 tot 18.00 u.



WTC Haren Sport Plus, Wisselende locaties -, 1000 Brussel



WTC Haren Sport Plus

02 241 34 38 0496 06 70 45

laermans_chris@hotmail.com

Tandemtochten Cyclone A

Wekelijkse tandemtochten voor blinden en slechthzienden.

(Dinsdag) van 19:00 tot 22:00 (wekelijks) | (Zondag) (maandelijks)

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+



op dinsdag van 19.00 tot 22.00 u.

op zondag van 0.00 u.



Cyclone A, Wisselende locatie -, 1000 Brussel



Cyclone A

02 410 25 46 0495 68 41 86

secretariat@cyclone-a.be

<http://www.cyclone-a.be> (<http://www.cyclone-a.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>)

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

MTB Haren Sport Plus

Kom iedere woensdag na 19 u 00 MTB met Haren Sport Plus. We vertrekken in Kampenhout.

Volwassenen

Ouderen

20+



op woensdag van 19.00 tot 22.00 u.



WTC Haren Sport Plus, Wisselende locaties -, 1000 Brussel



WTC Haren Sport Plus

02 241 34 38 0496 06 70 45

laermans_chris@hotmail.com

Fietsen met familie

Motiveer uw kinderen om te fietsen Elke Derde zaterdag vanaf maand mei 10:30 tot 14:30 in de prachtige natuur vanaf Anderlecht naar Halle met kinderen.&nb

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

6

- 64 jaar

 op zaterdag van 10.30 tot 13.00 u.

 Annapurna Brussel Club, Théo Lambertlaan 7, 1070 Anderlecht

 Annapurna Brussel Club

[0486 38 63 15](tel:0486386315)

annapurnabrusselclub@gmail.com

<https://www.facebook.com/annapurna.brussel.9>

[\(https://www.facebook.com/annapurna.brussel.9\)](https://www.facebook.com/annapurna.brussel.9)



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](tel:0243025680479427810)

info@gazelles.org

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

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

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

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>)

Pole Fluid (1/2)

Pole Fluid (1/2)

Volwassenen

Ouderen

20

- 64 jaar

 op donderdag van 19.00 u. tot 20.30 u.
op vrijdag van 17.30 u. tot 19.00 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>)

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>)

Pumptrack trainingen

Pumptrack is dé nieuwe urban fietssport. Tijdens de trainingen verbeter je je evenwicht en coördinatie. Leer je hoe je moet 'pompen' over de hobb

120

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

6+



op woensdag van 14.00 tot 17.00 u.

op zaterdag van 10.00 tot 11.30 u.



BXL Pump Park, Dieudonné Lefèvrestraat 17, 1020 Laken



Ride your future vzw

02 233 81 54 0475 24 28 07

info@rideyourfuture.org

https://rideyourfuture.org/ (https://rideyourfuture.org/)

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)

Recreatief fietsen met Haren Sport Plus

Iedere zondag vanaf 10u, we vertrekken aan de kerk van Haren.

Volwassenen

Ouderen

18+



op zondag van 10.00 u. tot 18.00 u.



Gemeenschapcentrum De Linde, Kortenbachstraat 7, 1130 Haren



WTC Haren Sport Plus

02 241 34 38 0496 06 70 45

laermans_chris@hotmail.com