

Op 20-05-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Ouderen, Dansen, Klimmen, Tafeltennis, Turnen, Volleybal, Wandelen, Sport in clubverband, Lessenreeksen"

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



wo 22.05.2024

van 10.00 u. tot 11.00 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>)



© [Sophie Lenoir](#)

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



ma 27.05.2024

van 10.30 u. tot 11.30 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>)



© [Sophie Lenoir](#)

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



wo 29.05.2024

van 10.00 u. tot 11.00 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

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



ma 03.06.2024

van 10.30 u. tot 11.30 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

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



wo 05.06.2024

van 10.00 u. tot 11.00 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

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar

 ma 10.06.2024
van 10.30 u. tot 11.30 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>)



© Sophie Lenoir

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar

 wo 12.06.2024
van 10.00 u. tot 11.00 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>)



© Sophie Lenoir

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar

 ma 17.06.2024
van 10.30 u. tot 11.30 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>)



© Sophie Lenoir

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



Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



wo 19.06.2024

van 10.00 u. tot 11.00 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>)



© [Sophie Lenoir](#)

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

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



ma 24.06.2024

van 10.30 u. tot 11.30 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

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

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



wo 26.06.2024

van 10.00 u. tot 11.00 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

GOLD-sportaanbod 'Conditiegym'

In beweging blijven is belangrijk. Gym is goed voor je bloedsomloop, je spieren en je gewrichten en zorgt ervoor dat je lenig blijft.

€ 35

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



do 07.09.2023 - do 27.06.2024

op 7.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 28.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 5.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 12.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 19.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 26.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 9.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 30.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 7.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 11.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 18.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 25.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 1.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 8.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 22.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 29.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 7.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 28.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 18.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 25.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 2.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 30.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 6.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 13.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 20.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 27.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



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



GC De Kroon

02 482 00 10

dekroon@vgc.be

<https://www.vgc.be/publicaties/sport/gold-sportaanbod>

<https://www.vgc.be/publicaties/sport/gold-sportaanbod>



© web

Fit & Fun aan de beweegbank! Gold Zomeraanbod

Tijdens deze leuke work-out aan de beweegbank trainen we alle spiergroepen.

Gratis

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar

do 04.07.2024
van 14.00 u. tot 15.00 u.

terras Dkantine, Vandendrieschstraat 19, 1082 Sint-Agatha-Berchem

GC De Kroon
02 482 00 10
dekroon@vgc.be
<http://www.gcdekroon.be> (<http://www.gcdekroon.be>)



© IPitup

Fit & Fun aan de beweegbank! Gold Zomeraanbod

Tijdens deze leuke work-out aan de beweegbank trainen we alle spiergroepen.

Gratis

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar

di 09.07.2024
van 14.00 u. tot 15.00 u.

terras Dkantine, Vandendrieschstraat 19, 1082 Sint-Agatha-Berchem

GC De Kroon
02 482 00 10
dekroon@vgc.be
<http://www.gcdekroon.be> (<http://www.gcdekroon.be>)



© IPitup

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>)



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

jeroen.overstijns@hotmail.com

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



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/>)

Tafeltennis TTC Alpha

TTC Alpha is een familiale en vriendschappelijke sportclub.

74 euro

Volwassenen

Ouderen

18+

 op dinsdag van 10.00 u. tot 12.00 u.
op donderdag van 10.00 u. tot 12.00 u.
op zondag van 10.00 u. tot 17.00 u.

 TTC Alpha, Viaductstraat 82, 1050 Elsene

 TTC Alpha
[0475 48 27 61](tel:0475482761)
christian.staudt1962@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](tel:024653999)
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

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>)

