

Op 13-05-2024 selecteerde je 4 activiteiten op [www.sportinbrussel.be/activiteiten](http://www.sportinbrussel.be/activiteiten)

Je filterde op: "Aquagym, Qigong, Schermen, Lessenreeksen"

## Aquagym Zwemclub Wimber

Groepsles door een deskundige lesgever. De aquagym voor volwassenen gaat op hetzelfde moment door als de zwemlessen voor de kinderen.

150€ (voor het seizoen)

Volwassenen

Ouderen

18+

 vr 29.09.2023 - vr 31.05.2024  
op vrijdag van 19.00 u. tot 20.00 u.

 VUB Campus-Etterbeek, Pleinlaan 2, 1050 Elsene

 Zwemclub Wimber  
[0479 33 47 75](tel:0479334775)  
[zwemclubwimber@gmail.com](mailto:zwemclubwimber@gmail.com)  
<http://www.zwemclubwimber.be> (<http://www.zwemclubwimber.be>)

## Aquagym - GOLDkaart

Bewegen in het water: het is een van de beste manieren om reuma en artrose te voorkomen en om spieren en gewrichten soepel te maken.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

 ma 25.09.2023 - ma 24.06.2024  
op maandag van 16.00 u. tot 17.00 u.

 Zwembad Neder-Over-Heembeek, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

 VGC-sportdienst  
[02 563 05 14](tel:025630514)  
[sportdienst@vgc.be](mailto:sportdienst@vgc.be)



## Qi gong - GOLDkaart

Qi gong bestaat uit trage bewegingen die rustig en vloeiend worden uitgevoerd met een rustige, diepe buikademhaling.

€ 35 (voor een GOLDkaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

di 26.09.2023 - di 25.06.2024  
op dinsdag van 10.00 u. tot 11.30 u.

VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

VGC-sportdienst  
02 563 05 14  
[sportdienst@vgc.be](mailto:sportdienst@vgc.be)



## Aikido Ban Sen Juku Volwassen

**BAN SEN JUKU** is een internationale school voor traditionele Japanse krijgskunsten met trainingsfaciliteiten (

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

6+

vr 01.09.2023 - zo 01.09.2024  
op maandag van 20.00 tot 22.00 u.  
op dinsdag van 19.00 tot 21.30 u.  
op donderdag van 19.00 tot 21.30 u.  
op zaterdag van 11.30 tot 13.00 u.

BAN SEN JUKU-SCHOOL DER 10.000 STROMINGEN VZW, Ijskelderstraat 18, 1060 Sint-Gillis

Ban Sen Juku vzw  
0479 78 33 94  
[info@bansenjuku.org](mailto:info@bansenjuku.org)  
<https://www.bansenjuku.org/> (<https://www.bansenjuku.org/>)

