

Op 29-04-2024 selecteerde je 19 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Fitness, Aquagym, Kendo, Sport in clubverband"

Body Conditioning Brussels Gay Sports

Body condition is een ideale mix van opwarming, step-oefeningen, spieroefeningen (borst-, buik en rugspieren) en stretching. De oefeningen worden gegeven op

140€ (Abonnement september tot juni) Leden € 15 (Lidgeld) | Andere € 100 (Abonnement januari tot juni) | Andere € 55 (Abonnement april tot juni)

Volwassenen

20

- 50 jaar

 op maandag van 19.15 tot 20.15 u.

 Brussels Gay Sports, Edmond Mesenslaan 2, 1040 Etterbeek

 Brussels Gay Sports vzw

[0476 97 23 51](tel:0476972351)

frank@bgs.org

<http://www.bgs.org/nl/activiteiten/11/body-condition> (<http://www.bgs.org/nl/activiteiten/11/body-condition>)

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>)

Outdoor Friskis & Svettis sports sessions @ Woluwe Park

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



Maak kennis met Friskis & Svettis, indoor en outdoor sport en fitness o

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

-  op woensdag van 19.30 tot 20.15 u.
- op zaterdag van 10.00 tot 10.45 u.

 Friskis & Svettis Brussels vzw, Rue du Bemel -, 1150 Sint-Pieters-Woluwe

 Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

Zwemschool De Guppies

Zwemclub waar kwaliteit, plezier en ontspanning voorop staan. De Guppies richten zich tot kinderen vanaf 3,5 jaar. Zij doorlopen verschillende zwemgroepen, i

Jongeren (12-18)

Baby's (0-1,5)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

0

- 19 jaar



op maandag van 17.00 tot 20.00 u.

op dinsdag van 17.00 tot 20.00 u.

op vrijdag van 17.00 tot 20.00 u.

op zondag van 8.30 tot 11.30 u.



Zwemclub Guppies Ganshoren, Koningin Fabiolaplein 10, 1083 Ganshoren



Zwemclub Guppies Ganshoren vzw

0476 84 42 90

tim_scheers18@hotmail.com

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

Zwemschool De Guppies

Zwemclub waar kwaliteit, plezier en ontspanning voorop staan. De Guppies richten zich tot kinderen vanaf 3,5 jaar. Zij doorlopen verschillende zwemgroepen, iede

Volwassenen

Ouderen

20

- 64 jaar



op maandag van 20.00 tot 21.30 u.

op dinsdag van 20.00 tot 21.00 u.

op vrijdag van 20.00 tot 21.00 u.



Nereus Zwembad, Koningin Fabiolaplein 10, 1083 Ganshoren



Zwemclub Guppies Ganshoren vzw

0476 84 42 90

tim_scheers18@hotmail.com

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

Kendo

In een ontspannen sfeer beoefenen we kendo, voor alle niveaus (beginner tot gevorderde) vanaf 10 jaar. Raadpleeg onze website voor de volledige uurregeling.

zie website

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

10+

 op donderdag van 19.30 u. tot 21.30 u.

 Sportzaal Emanuel Hiel Schaarbeek, Freesiadreef 7, 1030 Schaarbeek

 Club Aikido l'Harmonie vzw

0475 97 63 86

aikido.harmonie.bxl@gmail.com

<https://nl.aikidolharmonie.com/acceuil-aikido-bruxelles> (<https://nl.aikidolharmonie.com/acceuil-aikido-bruxelles>)

Floatfit Laken

Floatfit Laken

Volwassenen

Ouderen

20+

 op maandag van 19.30 tot 20.30 u.

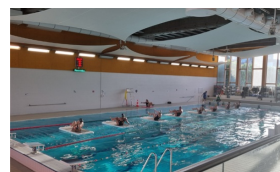
 Sportcomplex Laken, Kerkeveldstraat 73, 1020 Laken

 Aquatix BXL vzw

0485 96 09 94

aquatixbxl@gmail.com

<https://www.aquatixbxl.com/floatfit> (<https://www.aquatixbxl.com/floatfit>)



Floatfit Laken

Aquagym JVR Laken

Aquagym JVR Laken

Volwassenen

Ouderen

20+

 op woensdag van 18.00 tot 19.00 u.

 Jan-van-Ruusbroeckcollege, Forumlaan 4, 1020 Laken

 Aquatix BXL vzw

0485 96 09 94

aquatixbxl@gmail.com

<http://www.aquatixbxl.com> (<http://www.aquatixbxl.com>)



Aquagym Laken (Bockstael)

Aquagym Laken (Bockstael)

Volwassenen

Ouderen

20+

 op maandag van 20.30 tot 21.30 u.

 Sportcomplex Laken, Kerkeveldstraat 73, 1020 Laken

 Aquatix BXL vzw

0485 96 09 94

aquatixbxl@gmail.com

<http://www.aquatixbxl.com> (<http://www.aquatixbxl.com>)

Indoor Friskis & Svettis 'jympa' sessions @ European Council

STAY FIT THE SWEDISH WAY!

Volwassenen

Ouderen

20

- 64 jaar



op dinsdag van 17.30 u. tot 18.30 u.

op vrijdag van 12.15 u. tot 13.00 u.



Friskis & Svettis Brussels vzw, Wetstraat 175 175, 1040 Etterbeek



Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

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, Delaunoystaat 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>)

Indoor Friskis & Svettis sports sessions @ Jims Jourdan

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



Maak kennis met Friskis & Svettis, indoor en outdoor sport en fitness o

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op woensdag van 20.00 tot 21.00 u.
op donderdag van 19.15 tot 21.30 u.
op zaterdag van 10.00 tot 11.15 u.

 Friskis & Svettis Brussels vzw, Graystraat 54, 1040 Etterbeek

 Friskis & Svettis
0486 85 15 51
jeroen.overstijns@hotmail.com
<https://www.friskissvettis.be/> (<https://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>)

Fitness

Ga elke week mee fitnesssen met Pigment vzw en Les Gazelles de Bruxelles in Fire Gym Jette. Voor deze activiteit dien je aan te melden bij Pigment vzw - Ophemst

Gratis

Volwassenen

Ouderen

20+

 op dinsdag van 14.00 u. tot 15.30 u.

 Les Gazelles De Bruxelles vzw, Auguste Hainautstraat 48, 1090 Jette

 Les Gazelles De Bruxelles vzw

02 430 25 68 0479 42 78 10

info@gazelles.org

http://www.lesgazellesdebruxelles.be (http://www.lesgazellesdebruxelles.be)



Aquagym: GOLD-kaart

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

Volwassenen

Ouderen

20+

 do 01.01.2015 - vr 31.12.2021

op maandag van 15.00 tot 15.50 u.

 Brussels Ouderenplatform vzw, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

 BOp

02 210 04 60

info@bop.brussels

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

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)