

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

Je filterde op: "Jogging, Aquagym, Nordic walking, Conditiegym"

Park'cours

Elke maand komen we samen in het Elisabethpark in Koekelberg en lopen of wandelen we 5 kilometer.

Gratis

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

Volwassenen

6+



zo 19.05.2024

vanaf 9.45 u. (opwarming)

vanaf 10.00 u. (start)



Elisabethpark, Eugène Simonisplein 1, 1081 Koekelberg



VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be



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

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

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

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>



Run For Fun

Gedurende 10 zondagen leer je verschillende trainingsvormen voor lopen kennen op verschillende groene locaties in Brussel.

€ 30

Jongeren (12-18)

Volwassenen

16+

zo 03.03.2024 - zo 09.06.2024

van 10.00 tot 11.30 u.

Wisselende locaties, -, 1000 Brussel

VGC-sportdienst

02 563 05 14

sportdienst@vgc.be



Nordic walking

Om de drie weken neemt een lesgever je mee voor een wandeling met nordicwalking-sticks door het Zoniënwoud.

€ 30

Volwassenen

18+

di 23.01.2024 - di 18.06.2024

op 23.01.2024 van 14.00 u. tot 15.30 u.

op 20.02.2024 van 14.00 u. tot 15.30 u.

op 19.03.2024 van 14.00 u. tot 15.30 u.

op 23.04.2024 van 14.00 u. tot 15.30 u.

op 21.05.2024 van 14.00 u. tot 15.30 u.

op 18.06.2024 van 14.00 u. tot 15.30 u.

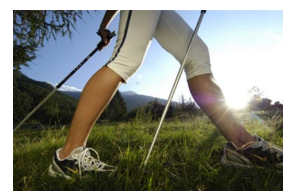
Gemeenschapscentrum WaBo vzw, Delleurlaan 39-43, 1170 Watermaal-Bosvoorde

GC WaBo

02 675 40 10

wabo@vgc.be

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



© Pixel

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



Conditieport - GOLDkaart

Een conditiesport met naast kracht- en lenigheidsoefeningen ook ludieke spelvormen.

€ 35

Volwassenen

Ouderen

18+

 ma 25.09.2023 - ma 24.06.2024
op maandag van 10.30 u. tot 11.30 u.

 VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

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



Conditiegym

In beweging blijven is belangrijk. Gym is goed voor de bloedsomloop, kracht en lenigheid.

€ 30

Volwassenen

18+

 wo 17.04.2024 - wo 26.06.2024
op woensdag van 11.00 u. tot 12.00 u.

 VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

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



Conditiegym - GOLDkaart

In beweging blijven is belangrijk. Gym is goed voor de bloedsomloop, kracht en lenigheid.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

ma 25.09.2023 - wo 26.06.2024
op woensdag van 11.00 u. tot 12.00 u.

VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

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



Park'cours

Elke maand komen we samen in het Elisabethpark in Koekelberg en lopen of wandelen we 5 kilometer.

Gratis

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

Volwassenen

6+

zo 30.06.2024
vanaf 9.45 u. (opwarming)
vanaf 10.00 u. (start)

Elisabethpark, Eugène Simonisplein 1, 1081 Koekelberg

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



Run For Fun

Gedurende 10 zondagen leer je verschillende trainingsvormen voor lopen kennen op verschillende groene locaties in Brussel.

€ 40

Jongeren (12-18)

Volwassenen

16+

📅 zo 16.03.2025 - zo 08.06.2025
van 10.00 u. tot 11.30 u.

📍 Wisselende locaties, -, 1000 Brussel

📞 VGC-sportdienst
02 563 05 14
sportdienst@vgc.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>)

Nordic walking NFCB

NFCB is een club voor Nordic Walking, Skike en Pilates. De club biedt de mogelijkheid om Nordic Walking te ontdekken en regelmatig te beoefenen. De gediplome

Volwassenen

Ouderen

20+

-  op woensdag van 9.30 tot 11.00 u.
- op zaterdag van 10.00 tot 11.30 u.
- op zondag van 10.00 tot 13.00 u.

 Nordic Fitness Center Brussels, Weldadigheidsstraat 7, 1210 Sint-Joost-ten-Node

 Nordic Fitness Center Brussels (NFCB)

0486 22 23 95

frank@nfcbe.be

<https://www.nfcbe.be/nl/> (<https://www.nfcbe.be/nl/>)

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>)

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](tel:0485960994)

aquatixbxl@gmail.com

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



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](tel:0485960994)

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](tel:0485960994)

aquatixbxl@gmail.com

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

Outdoor Friskis & Svettis sports sessions @ Zoniënwood

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



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

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

📅 op zondag van 11.00 tot 12.30 u.

📍 Friskis & Svettis Brussels vzw, Waversesteenweg 2057, 1160 Oudergem

📞 Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

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/>)

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>)