

Op 13-05-2024 selecteerde je 16 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Jogging, Aquagym, 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>)

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](tel:025630514)
sportdienst@vgc.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



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-sporthal 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](tel:025630514)

sportdienst@vgc.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>)

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>)



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>)

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](tel:022100460)

info@bop.brussels

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