

Op 19-04-2024 selecteerde je 25 activiteiten op [www.sportinbrussel.be/activiteiten](http://www.sportinbrussel.be/activiteiten)

Je filterde op: "Aquagym, Circustechnieken"

## Familiezondag: Initiatie circus

Tijdens deze familiezondag ontdekken we samen wat de circuswereld te bieden heeft. Spelenderwijs verkennen we samen de e

Gratis

5

- 99 jaar



zo 21.04.2024

van 10.00 u. tot 12.30 u.



Jeugdcentrum Aximax, John Waterloo Wilsonstraat 19, 1000 Brussel



Jeugdcentrum Aximax

[02 280 45 56](tel:022804556)

[aximax@vgc.be](mailto:aximax@vgc.be)

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



## Stadskriebels

Stadskriebels, hét sportfeest voor jong en oud!

Gratis

Baby's (0-1,5)

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

1+



zo 05.05.2024

van 11.00 u. tot 18.00 u.



Tour en Taxis, Havenlaan 86, 1000 Brussel



VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

[sportdienst@vgc.be](mailto:sportdienst@vgc.be)

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



## Circus zonder handen

Maak kennis met de vier grote onderdelen van circus: jongleren, luchtacrobatie, grondacrobatie en evenwicht.

€ 235

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 11 jaar



di 26.09.2023 - di 28.05.2024

van 26.09.2023 tot 28.05.2024 om 0.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



© Circus Zonder  
Handen

## Circus voor kleuters

Tijdens deze kleuterlessen zet je kleuter de eerste stappen in de circuswereld!

€ 120

Kleuters (2,5-6)

- 5 jaar - 5 jaar



di 03.10.2023 - di 28.05.2024

op 3.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 10.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 17.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 24.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 7.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 14.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 21.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 28.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 5.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 12.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 19.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 9.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 16.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 23.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 30.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 6.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 20.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 27.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 5.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 12.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 19.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 26.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 16.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 23.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 30.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 7.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 14.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 21.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.

op 28.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.



Gemeenschapscentrum De Rinck vzw, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht



GC De Rinck

02 524 32 35

derinck@vgc.be

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



© circus zonder handen



## Circus 1e graad

Spelend verkennen we de circuswereld!

Je leert samenwerken, jezelf creatief uitdrukken en je krijgt de kans om op eigen niveau circustrucs in te oefenen.

€ 120

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 7 jaar

 di 03.10.2023 - di 28.05.2024

op 3.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 10.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 17.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 24.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 7.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 14.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 21.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 28.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 5.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 12.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 19.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 9.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 16.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 23.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 30.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 6.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 20.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 27.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 5.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 12.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 19.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 26.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 16.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 23.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 30.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 7.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 14.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 21.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.  
op 28.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.



© circus zonder handen

 Gemeenschapscentrum De Rinck vzw, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht

 GC De Rinck

02 524 32 35

[derinck@vgc.be](mailto:derinck@vgc.be)

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

## Circus 8-11 jaar

Welkom in het circus! Je maakt kennis met de verschillende onderdelen in het circus, jongleren, acrobatie en evenwicht.

€ 90

Kinderen (6-12)

8

- 11 jaar



do 28.09.2023 - do 30.05.2024

op 28.09.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 5.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 12.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 19.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 26.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 9.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 16.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 23.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 30.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 7.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 14.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 21.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 11.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 18.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 25.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 1.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 8.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 22.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 29.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 7.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 14.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 21.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 28.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 18.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 25.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 2.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 16.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 23.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 30.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.



ECAM-site, Schietbaanstraat 14, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

[info@pianofabriek.be](mailto:info@pianofabriek.be)

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

## Circus 6-7 jaar

Welkom in het circus! Je maakt kennis met de verschillende onderdelen in het circus, jongleren, acrobatie en evenwicht.

€ 90

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 7 jaar



do 28.09.2023 - do 30.05.2024

op 28.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 11.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 1.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 28.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 2.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.



ECAM-site, Schietbaanstraat 14, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

[info@pianofabriek.be](mailto:info@pianofabriek.be)

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



## Circus 1

Circustricks in the mix! Steltlopen, eenwieleren, ballopen koorddansen, acrobatie ... In welk circusnummer ben jij het sterkst?

Gratis

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 7 jaar



vr 29.09.2023 - vr 31.05.2024

op 29.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 13.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 10.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 17.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 1.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 2.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 1.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 3.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 10.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 17.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 31.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.



Sint-Ursula, Dieudonné Lefèvrestraat 41, 1020 Laken



GC Nekkersdal

02 421 80 60

info@nekkersdal.be

<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>

(<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>)



## Circus 2

Circustricks in the mix! Steltlopen, eenwieleren, ballopen koorddansen, acrobatie ... In welk circusnummer ben jij het sterkst?

Gratis

Kinderen (6-12)

8

- 11 jaar



vr 29.09.2023 - vr 31.05.2024

op 29.09.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 6.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 13.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 20.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 27.10.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 10.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 17.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 24.11.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 1.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 8.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 15.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 22.12.2023 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 12.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 19.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 26.01.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 2.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 9.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 23.02.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 1.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 8.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 15.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 22.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 29.03.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 19.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 26.04.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 3.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 10.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 17.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 24.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.

op 31.05.2024 van 17.00 u. tot 18.30 u.



Sint-Ursula, Dieudonné Lefèvrestraat 41, 1020 Laken



GC Nekkersdal

02 421 80 60

[info@nekkersdal.be](mailto:info@nekkersdal.be)

<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>

<https://www.circuszonderhanden.be/inschrijven>



---

## 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

[zwemclubwimber@gmail.com](mailto:zwemclubwimber@gmail.com)

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

## Parkour & tricking 10j-14j

Parkour, tricking, spectaculaire acrobatie... Dat is echt Urban Circus. Kom als je durft!

€ 90

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

10

- 14 jaar



za 30.09.2023 - za 01.06.2024

op 30.09.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 7.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 14.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 21.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 28.10.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 18.11.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 25.11.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 2.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 9.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 16.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 23.12.2023 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 13.01.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 20.01.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 27.01.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 3.02.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 10.02.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 24.02.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 2.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 9.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 16.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 23.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 30.03.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 20.04.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 27.04.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 4.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 11.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 18.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 25.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 1.06.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.



Vier Seizoenen School/ école 4 saisons, Théodore Verhaegenstraat 139, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

http://www.pianofabriek.be/ (http://www.pianofabriek.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

sportdienst@vgc.be



## Castellers Mannekes de Brussel.les

De 'Menselijke torens' of 'Castellers' worden over de hele wereld bewonderd. Welkom op zondag in Elzenhof om het te komen proberen!

€ 30

0+



zo 28.01.2024 - zo 30.06.2024

op 28.01.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 4.02.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 11.02.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 25.02.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 3.03.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 10.03.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 17.03.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 21.04.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 5.05.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 12.05.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 26.05.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 2.06.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 9.06.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 16.06.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 23.06.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.

op 30.06.2024 van 11.00 u. tot 13.00 u.



Gemeenschapscentrum Elzenhof vzw, Kroonlaan 12-16, 1050 Elsene



GC Elzenhof

02 648 20 30

[elzenhof@vgc.be](mailto:elzenhof@vgc.be)

<https://www.casal-catala.be/grups/colla-castellera/> (<https://www.casal-catala.be/grups/colla-castellera/>)



## Circusweek - 1e, 2e, 3e leerjaar

Circusstage voor kinderen van het 1e, 2e en 3e leerjaar.

€ 75

Kinderen (6-12)

7

- 9 jaar



ma 01.07.2024 - vr 05.07.2024

op 1.07.2024 van 9.30 u. tot 16.30 u.

op 2.07.2024 van 9.30 u. tot 16.30 u.

op 3.07.2024 van 9.30 u. tot 16.30 u.

op 4.07.2024 van 9.30 u. tot 16.30 u.

op 5.07.2024 van 9.30 u. tot 16.30 u.



Gemeenschapscentrum De Rinck vzw, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht



GC De Rinck

02 524 32 35

derinck@vgc.be

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



© Circus Zonder  
Handen

## 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](mailto:aquatixbxl@gmail.com)

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



## Meisjestraining

- **Voor wie:** 14+ meisjes en vrouwen
- **Waar:** Vierwindenschool, Steenweg op Merchtem 9
- **Wann**

leden: gratis, niet leden 2€

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

📅 op woensdag van 19.30 tot 21.30 u.

📍 Basisschool Vier Winden, Steenweg op Merchtem 9, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

📞 Zonder Handen vzw

0471 45 47 94

[circus@zonderhanden.be](mailto:circus@zonderhanden.be)

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



## Open Parkour training

Op dinsdag kan je tijdens Open Parkourhal gebrui

leden gratis - niet leden: 2€/les

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16

- 64 jaar

📅 op dinsdag van 20.00 tot 22.00 u.

📍 Gemeenschapscentrum Nekkersdal, Emile Bockstaellaan 107, 1020 Laken

📞 Zonder Handen vzw

0471 45 47 94

[circus@zonderhanden.be](mailto:circus@zonderhanden.be)

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



## 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](mailto: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](mailto:aquatixbxl@gmail.com)

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

---

## SOL training

Tijdens de SOL training op woensdag wordt er gefocust op **technieken op de grond** zoals grondacrobatie, acroporté, tricking,

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op woensdag van 19.30 tot 21.30 u.

 Metaal Sportcentrum, Metaalstraat 40, 1060 Sint-Gillis

 Zonder Handen vzw

0471 45 47 94

[circus@zonderhanden.be](mailto:circus@zonderhanden.be)

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



## Circus Zonder Handen

Bij Circus Zonder Handen kan je wekelijks les volgen in Circus, Acrobatie, Parkour & Tricking. We organiseren wekelijkse lessen in Molenbeek, Schaarbeek

4 tarieven afhankelijk van je gezinsinkomen

Jongeren (12-18)

Baby's (0-1,5)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

Ouderen

0+

-  op maandag van 0.00 u.
- op dinsdag van 0.00 u.
- op woensdag van 0.00 u.
- op donderdag van 0.00 u.
- op vrijdag van 0.00 u.
- op zaterdag van 0.00 u.

 Basisschool Vier Winden, Steenweg op Merchtem 9, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

 Zonder Handen vzw

[0471 45 47 94](tel:0471454794)

[circus@zonderhanden.be](mailto:circus@zonderhanden.be)

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



## Open Training

Op vrijdagavond staat de deur voor iedereen open! Je kan komen meetraining in **alle urban circustechnieken** in de sportzaal van de

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

-  op vrijdag van 20.00 tot 22.00 u.

 Basisschool Vier Winden, Steenweg op Merchtem 9, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

 Zonder Handen vzw

[0471 45 47 94](tel:0471454794)

[circus@zonderhanden.be](mailto:circus@zonderhanden.be)

<http://www.circuszonderhanden.be> (<http://www.circuszonderhanden.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](tel:022100460)

[info@bop.brussels](mailto:info@bop.brussels)

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