

Op 15-05-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Lessenreeksen"

Start 2 run

Van 0 naar 5 km lopen in 10 weken? Doe je dat liever in groep? Tijdens deze trainingen krijg je motiverende tips en schema's op jouw niveau.

30 €

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

0+



wo 13.03.2024 - wo 15.05.2024

op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u.



Boudewijnpark, Wemmelse Steenweg 285, 1090 Jette



KWB Laken - Jette

02 476 07 39

rita42tielt@gmail.com

<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



Keep on running (5 - 8 km)

Wil je meer dan 5 km lopen? Van 5 km naar 8 km.

30 €

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

0+



wo 13.03.2024 - wo 15.05.2024

op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u.



Boudewijnpark, Wemmelse Steenweg 285, 1090 Jette



KWB Laken - Jette

02 476 07 39

rita42tielt@gmail.com

<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



Keep on running (8- 12 km)

We mikken op de 20 km van Brussel.

30 €

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

0+



wo 13.03.2024 - wo 15.05.2024

op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u.



Boudewijnpark, Wemmelse Steenweg 285, 1090 Jette

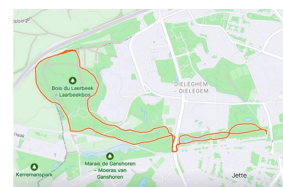


KWB Laken - Jette

02 476 07 39

rita42tielt@gmail.com

<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



wo 15.05.2024

van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette



GC Essegem

[02 427 80 39](tel:024278039)

essegem@vgc.be

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



© Sophie Lenoir

Prenatale Yoga

Tijdens deze sessie kom je opnieuw tot rust en versterken we de connectie met het kind in jouw buik.

€ 5

0+



wo 15.05.2024

van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Nekkersdal vzw, Emile Bockstaellaan 107, 1020 Laken

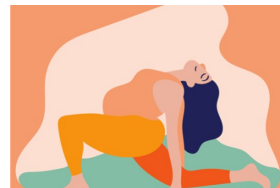


GC Nekkersdal

[02 421 80 60](tel:024218060)

info@nekkersdal.be

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



Hatha Flow Yoga

Hatha Flow Yoga is een yogales waar de houdingen in een bepaalde serie op elkaar volgen.

€ 120

Volwassenen

18+



do 28.09.2023 - do 16.05.2024

op 28.09.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 5.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 12.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 19.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 26.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 9.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 16.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 23.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 30.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 7.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 14.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 21.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 11.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 18.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 25.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 1.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 8.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 22.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 29.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 7.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 14.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 21.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 28.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 18.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 25.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 2.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 9.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 16.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<https://www.mylifehealing.be/> (<https://www.mylifehealing.be/>)



Yogadans

Een unieke combinatie van yoga, beweging, ademhaling en dans.

€ 120

Volwassenen

18+



do 28.09.2023 - do 16.05.2024

op 28.09.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 5.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 12.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 19.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 26.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 9.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 16.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 23.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 30.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 7.12.2023 van 19.30 u. tot 20.30 u.
op 14.12.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 21.12.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 11.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 18.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 25.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 1.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 8.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 22.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 29.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 7.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 14.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 21.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 28.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 18.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 25.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 2.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 9.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 16.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<https://www.mylifehealing.be/> (<https://www.mylifehealing.be/>)



Zaalhockey

Hockey is een fantastische teamsport voor jongens & meisjes! De lessen zijn in het Nederlands.

€ 150

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 12 jaar



vr 29.09.2023 - vr 17.05.2024

op 29.09.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 6.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 13.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 20.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 27.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 10.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 17.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 24.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 1.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 8.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 15.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 22.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 12.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 19.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 26.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 2.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 9.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 23.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 1.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 8.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 15.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 22.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 29.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 19.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 26.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 3.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 10.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 17.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<https://www.facebook.com/growingbyhockey> (<https://www.facebook.com/growingbyhockey>)



Sport met (groot)ouders

(Groot)ouder(s) verkennen samen met hun (klein)kind het plezier van bewegen.

€ 4

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

2

- 3 jaar



za 30.09.2023 - za 18.05.2024

op 30.09.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 7.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 14.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 21.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 28.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 18.11.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 25.11.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 2.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 9.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 16.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 13.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 20.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 27.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 3.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 10.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 24.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 2.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 9.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 16.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 23.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 30.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 20.04.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 27.04.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 4.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 11.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 18.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

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



Multisport maxi

Train de motoriek van je kind.

€ 80

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

5

- 7 jaar



za 30.09.2023 - za 18.05.2024

op 30.09.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 7.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 14.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 21.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 28.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 18.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 25.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 2.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 9.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 16.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 13.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 20.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 27.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 3.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 10.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 24.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 2.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 9.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 16.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 23.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 30.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 20.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 27.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 4.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 11.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 18.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

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



Multisport mini

Train de motoriek van je kleuter.

€ 80

Kleuters (2,5-6)

3

- 4 jaar



 za 30.09.2023 - za 18.05.2024

op 30.09.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 7.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 14.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 21.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 28.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 18.11.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 25.11.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 2.12.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 9.12.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 16.12.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 13.01.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 20.01.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 27.01.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 3.02.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 10.02.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 24.02.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 2.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 9.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 16.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 23.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 30.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 20.04.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 27.04.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 4.05.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 11.05.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

op 18.05.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

 Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

 GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

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

Ouder/kleuter-workshop: Contakids

Contakids? Dat zijn speel- en beweegmomenten. Op basis van fysieke spelletjes wordt er een klein uurtje samen gespeeld,

€ 30 (30 euro per duo)

Kleuters (2,5-6)

3

- 6 jaar



 zo 05.05.2024 - zo 19.05.2024

op 5.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 12.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 19.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

 Jeugdcentrum Aximax, John Waterloo Wilsonstraat 19, 1000 Brussel

 Jeugdcentrum Aximax

02 280 45 56

aximax@vgc.be

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

ChatBox Festival

ChatBox Festival

12

- 18 jaar



za 18.05.2024 - zo 19.05.2024

op 18.05.2024 van 12.45 u. tot 14.15 u.

op 18.05.2024 van 15.30 u. tot 17.00 u.

op 19.05.2024 van 12.15 u. tot 13.45 u.

op 19.05.2024 van 16.30 u. tot 18.00 u.



Reset, de ligne 8, 1000 Brussel

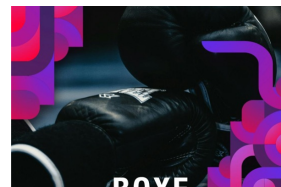


publiq vzw

[02 551 18 60](tel:025511860)

info@publiq.be

<https://www.publiq.be/> (<https://www.publiq.be/>)



Fietslessen voor beginners

Fietslessen voor beginners

€ 48

Volwassenen

18+



di 30.04.2024 - di 21.05.2024

op 30.04.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 2.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 7.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 14.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 16.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 21.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.



GC De Vaartkapoen vzw, Sint-Jozefstraat 14, 1080 Sint-Jans-Molenbeek



GC De Vaartkapoen

[02 413 04 10](tel:024130410)

devaartkapoen@vgc.be

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



Multimove

Multimove prikkelt en bevordert de motorische vaardigheden van je kind.

€ 125

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

4

- 6 jaar



di 26.09.2023 - di 21.05.2024

op 26.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 3.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 10.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 17.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 28.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.



Gemeenschapscentrum Everna vzw, Sint-Vincentiusstraat 30, 1140 Evere



GC Everna

02 247 03 40

everna@vgc.be

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



© Selma Pasalic

Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



wo 22.05.2024

van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette



GC Essegem

02 427 80 39

essegem@vgc.be

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



© Sophie Lenoir

Fitfabriek (6-10jaar): januari-mei

Onze fitfabriek draait op volle toeren! Samen gaan we op sportief avontuur.

€ 55

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 10 jaar



wo 17.01.2024 - wo 22.05.2024

op 17.01.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 24.01.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 31.01.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 7.02.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 21.02.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 28.02.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 6.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 13.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 20.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 27.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 17.04.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 24.04.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 8.05.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 15.05.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 22.05.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.



Gemeenschapscentrum De Kriekelaar vzw, Gallaitstraat 86, 1030 Schaarbeek



GC De Kriekelaar

02 245 75 22

dekriekelaar@vgc.be

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



© Pexels

Parkour 12-14 jaar

In deze les oefen je parkour in onze parkourhal.

Gratis

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

12

- 14 jaar



do 28.09.2023 - do 23.05.2024

op 28.09.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 5.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 12.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 19.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 26.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 9.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 16.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 23.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 30.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 7.12.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 14.12.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 21.12.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 11.01.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 18.01.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 25.01.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 1.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 8.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 22.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 29.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 7.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 14.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 21.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 28.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 18.04.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 25.04.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 2.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 9.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 16.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 23.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.



Gemeenschapscentrum Nekkersdal vzw, Emile Bockstaellaan 107, 1020 Laken



GC Nekkersdal

02 421 80 60

info@nekkersdal.be

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



Beweging & Balans (proefles)

Kom gratis een les Beweging & Balans uittesten, en laat ons weten of we deze cursus in ons aanbod moeten opnemen.

Gratis

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



do 23.05.2024

van 18.00 u. tot 18.45 u.



Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette



GC Essegem

02 427 80 39

essegem@vgc.be

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



ademsessie: 'de kracht van jouw adem'

Voor een diepgaande uitleg over de werking van je ademhaling en bijbehorende oefeningen die je ook thuis kunt voortzetten.

€ 25

Volwassenen

18+



vr 24.05.2024

van 19.15 u. tot 20.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops> (<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops>)

Axibox 4 All: Voorjaar 2024

Iedere 1ste en 3de zondag van de maand staat Aximax gratis open voor jonge gezinnen. Kom genieten van uitdagende hindernissen.

Gratis

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

1

- 6 jaar



zo 04.02.2024 - zo 26.05.2024

op 4.02.2024 van 10.00 u. tot 12.30 u.

op 18.02.2024 van 10.00 u. tot 12.30 u.

op 3.03.2024 van 10.00 u. tot 12.30 u.

op 17.03.2024 van 10.00 u. tot 12.30 u.

op 7.04.2024 van 10.00 u. tot 12.30 u.

op 21.04.2024 van 10.00 u. tot 12.30 u.

op 26.05.2024 van 10.00 u. tot 12.30 u.



Jeugdcentrum Aximax, John Waterloo Wilsonstraat 19, 1000 Brussel



Jeugdcentrum Aximax

02 280 45 56

aximax@vgc.be

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



BBJJA - JiuJitsu maandag

Ontdek de naschoolse Grappling in Sint-Gillis!

€ 90

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 8 jaar



ma 25.09.2023 - ma 27.05.2024

op 25.09.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 2.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 9.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 16.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 23.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 6.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 13.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 20.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 27.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 4.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 11.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 18.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 8.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 15.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 22.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 29.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 5.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 19.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 26.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 4.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 11.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 18.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 25.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 15.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 22.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 29.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 6.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 13.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 27.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

📍 Go! Basisschool De Balder, Merodestraat 111, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

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



Freerunning/Parkour

Groep 1 16:00 - 17:30

Groep 2 17:30 - 19:00

€ 190 (Basistarief)

9

- 18 jaar



di 26.09.2023 - ma 27.05.2024

op 26.09.2023 van 16.00 u. tot 19.00 u.

op 27.05.2024 van 16.00 u. tot 19.00 u.



Urban Center Brussel, De Lengentierstraat 20, 1000 Brussel



publiq vzw

[02 551 18 60](tel:025511860)

info@publiq.be

<https://www.publiq.be/> (<https://www.publiq.be/>)



Turnen 50+

Ben je 50+ en wil je fit, gezond en soepel blijven? Kom naar onze gezellige turnles en verbeter je conditie.

€ 3,5

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



ma 27.05.2024

van 10.30 u. tot 11.30 u.



Gemeenschapscentrum Essegem vzw, Leopold I straat 329, 1090 Jette



GC Essegem

[02 427 80 39](tel:024278039)

essegem@vgc.be

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



© Sophie Lenoir

Powerwandeling Gold Sportaanbod

Een gezondheidswandeling in de natuur. We voeren kracht-, balans-, coördinatie- en stabiliteitsoefeningen uit om zowel lichaam als geest te stimuleren.

€ 35

Volwassenen

50+

- 📅 ma 27.05.2024
van 11.15 u. tot 12.45 u.
- 📍 Kroonterras, JB Vandendrieschstraat 19, 1082 Sint-Agatha-Berchem
- 📞 GC De Kroon
[02 482 00 10](tel:024820010)
dekroon@vgc.be
<http://www.gcdekroon.be> (<http://www.gcdekroon.be>)



© [web](#)