

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

Badminton Koekelberg op maandag

In de VGC-sporthal Comenius kan je elke maandag van april tot juni een uur vrij badmintonnen.

€ 20

Jongeren (12-18)

Volwassenen

16+



ma 08.04.2024 - ma 24.06.2024

van 19.00 u. tot 20.00 u.

van 20.00 u. tot 21.00 u.



VGC-sporthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



VGC-sportdienst

[02 563 05 14](tel:025630514)

sportdienst@vgc.be



Conditieport - GOLDkaart

Een conditieles 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



Body conditioning 2 voorjaar 2024

Body conditioning is een intensieve work-out op dynamische muziek. Je werkt aan cardiotraining en spierversteviging voor meer kracht en uithoudingsvermogen.

€ 94

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



ma 19.02.2024 - ma 24.06.2024

op 19.02.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 26.02.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 4.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 11.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 18.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 25.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 15.04.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 22.04.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 29.04.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 6.05.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 13.05.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 27.05.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 3.06.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 10.06.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 17.06.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 24.06.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.



Gemeenschapscentrum De Markten vzw, Oude Graanmarkt 5, 1000 Brussel



GC De Markten

02 512 34 25

demarkten@demarkten.be

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



© Patricia Grobben

Body stretch voorjaar 2024

Focus op lenigheid en kracht tijdens deze groepsles. We leren de juiste houding aan, werken aan de algemene conditie en eindigen met een welverdiende relaxatie.

€ 94

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



ma 19.02.2024 - ma 24.06.2024

op 19.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 26.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 4.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 11.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 18.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 25.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 15.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 22.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 29.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 6.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 13.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 27.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 3.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 10.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 17.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

op 24.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.



Gemeenschapscentrum De Markten vzw, Oude Graanmarkt 5, 1000 Brussel



GC De Markten

02 512 34 25

demarkten@demarkten.be

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



© Patricia Grobben

yoga ochtendcursus voorjaar 24

Hatha Yoga met Olivia Olbrechts

De lessen zijn toegankelijk voor iedereen.

€ 100

Volwassenen

18+



ma 05.02.2024 - ma 24.06.2024

op 5.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 19.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 26.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 4.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 11.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 18.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 25.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 15.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 22.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 29.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 6.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 13.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 27.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 3.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 10.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 17.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 24.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.



Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert vzw, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst



GC Ten Weyngaert

02 340 95 80

tenweyngaert@vgc.be

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



Conditieturnen 2

Verbeter je conditie en start de week met gym.

€ 50

Volwassenen

18+



ma 15.04.2024 - ma 24.06.2024

op 15.04.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 22.04.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 29.04.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 6.05.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 13.05.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 27.05.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 3.06.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 12.06.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 17.06.2024 van 10.45 u. tot 11.45 u.
op 24.06.2024 van 10.45 u. tot 11.45 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/>)



© Pixabay

Yoga

Yoga verlicht spanning, zorgen en stress. Dankzij yoga wordt ons lichaam flexibel en onze spieren en botten sterker.

€ 80

0+



ma 15.04.2024 - ma 24.06.2024

op 15.04.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 22.04.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 29.04.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 6.05.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 13.05.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 27.05.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 3.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 10.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 17.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 24.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 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/>)



© Pixabay

Conditieturnen 1

Verbeter je conditie en start de week met gym.

€ 50

Volwassenen

18+



ma 15.04.2024 - ma 24.06.2024

op 15.04.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 22.04.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 29.04.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 6.05.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 13.05.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 27.05.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 3.06.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 10.06.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 17.06.2024 van 9.45 u. tot 10.45 u.

op 24.06.2024 van 9.45 u. tot 10.45 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/>)



© Pixabay

Body conditioning 1 voorjaar 2024

Body conditioning is een intensieve work-out op dynamische muziek. Je werkt aan cardiotraining en spierversteviging voor meer kracht en uithoudingsvermogen.

€ 94

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



ma 19.02.2024 - ma 24.06.2024

op 19.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 26.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 4.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 11.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 18.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 25.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 15.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 22.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 29.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 6.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 13.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 27.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 3.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 10.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 17.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 24.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.



Gemeenschapscentrum De Markten vzw, Oude Graanmarkt 5, 1000 Brussel



GC De Markten

02 512 34 25

demarkten@demarkten.be

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



© Patricia Grobben

Urban Dance

Urban Dance en choreo lessen.

€ 83

Jongeren (12-18)

Volwassenen

13+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 12.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 19.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 26.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 3.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 10.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 17.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 24.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 7.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 14.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 21.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 28.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 5.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 12.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 19.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 9.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 16.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 23.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 30.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 6.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 20.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 27.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 5.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 12.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 19.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 26.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 16.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 23.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 30.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 7.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 14.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 21.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 28.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 4.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 11.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 18.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 25.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.



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



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

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

Hedendaagse dans beginners

Basisprincipes van de hedendaagse dans, grondcombinaties en evolueren in de ruimte. De nadruk ligt op lichaamsbesef en ruimtelijk bewustzijn.

€ 110

Volwassenen

18+



di 12.09.2023 - di 25.06.2024

op 12.09.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 19.09.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 26.09.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 3.10.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 10.10.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 17.10.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 24.10.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 7.11.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 14.11.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 21.11.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 28.11.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 5.12.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 12.12.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 19.12.2023 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 9.01.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 16.01.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 23.01.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 30.01.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 6.02.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 20.02.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 27.02.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 5.03.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 12.03.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 19.03.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 26.03.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 16.04.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 23.04.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 30.04.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 7.05.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 14.05.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 21.05.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 28.05.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 4.06.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 11.06.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 18.06.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.
op 25.06.2024 van 18.30 u. tot 20.00 u.



Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

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

Practica Folkdans

Je leert traditionele dansen uit West-Europa zoals de wals, scottish, polka, jig of de mazurka.

€ 150

Volwassenen

18+



di 19.09.2023 - di 25.06.2024

op 19.09.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 26.09.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 3.10.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 10.10.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 17.10.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 7.11.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 14.11.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 21.11.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 28.11.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 5.12.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 12.12.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 19.12.2023 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 9.01.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 16.01.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 23.01.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 30.01.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 6.02.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 20.02.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 27.02.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 5.03.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 12.03.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 19.03.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 26.03.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 16.04.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 23.04.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 30.04.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 7.05.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 14.05.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 21.05.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 28.05.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 4.06.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 11.06.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 18.06.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.
op 25.06.2024 van 21.00 u. tot 22.30 u.



Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<https://frissefolk.be/nl/danslessen/> (<https://frissefolk.be/nl/danslessen/>)



© Studio Trad

Folkdans gevorderden niveau 8

Je leert traditionele dansen uit West-Europa zoals de wals, scottish, polka, jig of de mazurka.

€ 150

Volwassenen

18+



di 19.09.2023 - di 25.06.2024

op 19.09.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 26.09.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 3.10.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 10.10.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 17.10.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 7.11.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 14.11.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 21.11.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 28.11.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 5.12.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 12.12.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 19.12.2023 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 9.01.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 16.01.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 23.01.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 30.01.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 6.02.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 20.02.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 27.02.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 5.03.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 12.03.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 19.03.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 26.03.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 16.04.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 23.04.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 30.04.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 7.05.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 14.05.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 21.05.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 28.05.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 4.06.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 11.06.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 18.06.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.
op 25.06.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.



© Studio Trad



Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<https://frissefolk.be/nl/danslessen/> (<https://frissefolk.be/nl/danslessen/>)

Folkdans beginners niveau 1

Je leert traditionele dansen uit West-Europa zoals de wals, scottish, polka, jig of de mazurka.

€ 150

Volwassenen

18+



di 12.09.2023 - di 25.06.2024

op 12.09.2023 van 18.00 u. tot 22.30 u.

op 19.09.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 26.09.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 3.10.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 10.10.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 17.10.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 24.10.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 7.11.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 14.11.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 21.11.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 28.11.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 5.12.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 12.12.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 19.12.2023 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 9.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 16.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 23.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 30.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 6.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 20.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 27.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 5.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 12.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 19.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 26.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 16.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 23.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 30.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 7.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 14.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 21.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 28.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 4.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 11.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 18.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 25.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

📍 Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis

📞 GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

<https://frissefolk.be/nl/danslessen/> (<https://frissefolk.be/nl/danslessen/>)



© Studio Trad

Tai chi chuan / Qi gong senioren

Tai chi en qi gong bestaan uit een reeks langzame en regelmatige bewegingen, die steunen op de ademhaling. Je verbetert zo je spiertonus en je evenwicht.

€ 50

Volwassenen

50+



di 12.09.2023 - di 25.06.2024

van 12.09.2023 tot 25.06.2024 om 0.00 u.



Gemeenschapscentrum Pianofabriek vzw, Fortstraat 35, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

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



Badminton 50+

Badminton: de ideale sportieve bezigheid voor 50-plussers.

€ 35

Volwassenen

50+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 12.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 19.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 26.09.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 3.10.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 10.10.2023 van 14.00 u. tot 16.00 u.
op 17.10.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 24.10.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 7.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 14.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 21.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 28.11.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 5.12.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 12.12.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 19.12.2023 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 9.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 16.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 23.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 30.01.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 6.02.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 20.02.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 27.02.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 5.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 12.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 19.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 26.03.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 16.04.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 23.04.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 30.04.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 7.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 14.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 21.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 28.05.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 4.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 11.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 18.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.
op 25.06.2024 van 13.45 u. tot 15.45 u.



© Frame Harirak



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>)

Turnen en volleybal

Wil je graag fit en gezond blijven? Dan is een uurtje conditiegym gevolgd door een partijtje volleybal een absolute must.

€ 90

Volwassenen

18+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 12.09.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 19.09.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 26.09.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 3.10.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 10.10.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 17.10.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 24.10.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 7.11.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 14.11.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 21.11.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 28.11.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 5.12.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 12.12.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 19.12.2023 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 9.01.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 16.01.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 23.01.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 30.01.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 6.02.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 20.02.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 27.02.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 5.03.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 12.03.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 19.03.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 26.03.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 16.04.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 23.04.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 30.04.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 7.05.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 14.05.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 21.05.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 28.05.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 4.06.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 11.06.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 18.06.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.
op 25.06.2024 van 21.00 u. tot 23.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

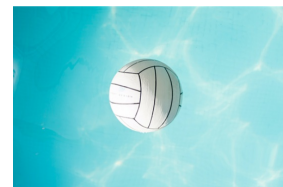


GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



© Benjamin Voros

Tai chi (beginners)

Breng je energie (chi) in harmonie (tai) dankzij deze oude Chinese bewegingskunst.

€ 6

Volwassenen

18+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 26.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 3.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 10.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 17.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 24.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 7.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 14.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 5.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 16.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 23.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 30.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 6.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 20.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 27.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 5.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 26.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 16.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 23.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 30.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 7.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 14.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 4.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 11.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 18.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 25.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 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>)

Tai chi (gevorderden)

Breng je energie (chi) in harmonie (tai) dankzij deze oude Chinese bewegingskunst.

€ 6

Volwassenen

18+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 12.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 19.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 26.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 3.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 10.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 17.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 24.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 7.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 14.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 21.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 28.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 5.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 12.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 19.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 16.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 23.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 30.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 6.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 20.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 27.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 5.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 12.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 19.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 26.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 16.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 23.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 30.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 7.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 14.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 21.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 28.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 4.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 11.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 18.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 25.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 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>)

Conditieturnen voor vrouwen

Turnen is ideaal voor een prima conditie. Je ontwikkelt kracht en lenigheid in buik, billen, rug en armen. Je lichaam wordt strakker en je geest fitter.

€ 88

Volwassenen

50+



di 09.01.2024 - di 25.06.2024

op 9.01.2024 vanaf 14.30 u.

op 16.01.2024 vanaf 14.30 u.

op 23.01.2024 vanaf 14.30 u.

op 30.01.2024 vanaf 14.30 u.

op 6.02.2024 vanaf 14.30 u.

op 20.02.2024 vanaf 14.30 u.

op 27.02.2024 vanaf 14.30 u.

op 5.03.2024 vanaf 14.30 u.

op 12.03.2024 vanaf 14.30 u.

op 19.03.2024 vanaf 14.30 u.

op 26.03.2024 vanaf 14.30 u.

op 16.04.2024 vanaf 14.30 u.

op 23.04.2024 vanaf 14.30 u.

op 30.04.2024 vanaf 14.30 u.

op 7.05.2024 vanaf 14.30 u.

op 14.05.2024 vanaf 14.30 u.

op 21.05.2024 vanaf 14.30 u.

op 28.05.2024 vanaf 14.30 u.

op 4.06.2024 vanaf 14.30 u.

op 11.06.2024 vanaf 14.30 u.

op 18.06.2024 vanaf 14.30 u.

op 25.06.2024 vanaf 14.30 u.



Gemeenschapscentrum Den Dam vzw, Waversesteenweg 1741, 1160 Oudergem



GC Den Dam

02 663 89 50

dendam@vgc.be

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



© DD

Yoga niveau 1

Ben je op zoek naar een ontspannende bewegingsactiviteit? Yoga vergroot je flexibiliteit, versterkt je spieren en verbetert je houding en concentratie.

€ 210

Volwassenen

18+



di 16.01.2024 - di 25.06.2024

op 16.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 23.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 30.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 6.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 20.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 27.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 5.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 12.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 19.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 26.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 16.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 23.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 30.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 7.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 14.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 21.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 28.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 4.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 11.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 18.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 25.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



© N.C.

Blijf fit

Werk samen met ons aan je conditie. Dit is een uurtje sporten voor actieve senioren.

€ 2

Volwassenen

50+



di 12.09.2023 - di 25.06.2024

op 12.09.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 19.09.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 26.09.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 3.10.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 10.10.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 17.10.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 24.10.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 7.11.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 14.11.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 21.11.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 28.11.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 5.12.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 12.12.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 19.12.2023 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 9.01.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 16.01.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 23.01.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 30.01.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 6.02.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 20.02.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 27.02.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 5.03.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 12.03.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 19.03.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 26.03.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 16.04.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 23.04.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 30.04.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 7.05.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 14.05.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 21.05.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 28.05.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 4.06.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 11.06.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 18.06.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.
op 25.06.2024 van 14.00 u. tot 15.00 u.



Gemeenschapscentrum De Linde vzw, Kortenbachstraat 7, 1130 Haren



GC De Linde

02 242 31 47

delinde@vgc.be

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



PRENATALE YOGA

Een kind dragen en baren is een extraordinair avontuur. Het is ook een periode van grote fysische, emotionele en psychische veranderingen.

€ 115

Volwassenen

18+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 05.09.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 12.09.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 19.09.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 26.09.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 03.10.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 10.10.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 17.10.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 24.10.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 07.11.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 14.11.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 21.11.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 28.11.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 05.12.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 12.12.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 19.12.2023 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 09.01.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 16.01.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 23.01.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 30.01.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 06.02.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 20.02.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 27.02.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 05.03.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 12.03.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 19.03.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 26.03.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 16.04.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 23.04.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 30.04.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 07.05.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 14.05.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 21.05.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 28.05.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 04.06.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 11.06.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 18.06.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.
op 25.06.2024 van 19.30 u. tot 20.45 u.



Comeniussite, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

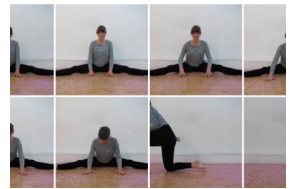


GC De Platoo

02 412 00 50

deplatoo@vgc.be

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



© /

HONEY YOU ROCK YOGA YOGA FOR EVERYBODY

Door middel van yogahoudingen (asana's), ademhalingen (pranayama), ontspanningen (savasana), momenten van uitwisseling, door te spreken of aanrakingen.

€ 90

Volwassenen

18+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 12.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 19.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 26.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 3.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 10.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 17.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 24.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 7.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 14.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 21.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 28.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 5.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 12.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 19.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 9.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 16.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 23.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 30.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 6.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 20.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 27.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 5.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 12.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 19.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 26.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 16.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 23.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 30.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 7.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 14.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 21.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 28.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 4.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 11.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 18.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.
op 25.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.



Comeniussite, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

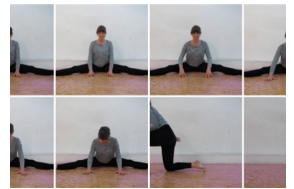


GC De Platoon

02 412 00 50

deplatoon@vgc.be

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



© /

Salsa

Zin om op de opzwepende tonen van Cubaanse conga's de zomer in te dansen? Oscar en Joke leren je stap voor stap salsa dansen.

€ 105

Volwassenen

18+



di 12.09.2023 - di 25.06.2024

op 12.09.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 19.09.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 26.09.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 3.10.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 10.10.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 17.10.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 24.10.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 14.11.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 21.11.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 28.11.2023 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 16.01.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 23.01.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 30.01.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 6.02.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 20.02.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 27.02.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 5.03.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 12.03.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 19.03.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 26.03.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 23.04.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 30.04.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 7.05.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 14.05.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 21.05.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 28.05.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 4.06.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 11.06.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 18.06.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.
op 25.06.2024 van 18.45 u. tot 22.00 u.



De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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

