

Op 16-05-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "In de week, Torbal, Yoga, Seniorensport, Zeilen"

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](tel:022682082)

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/>)



Pilates

Pilates is een uitgebreid systeem van oefeningen die gericht zijn op het in evenwicht brengen van het lichaam.

€ 80

Volwassenen

18+



ma 15.01.2024 - ma 27.05.2024

op 15.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 22.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 29.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 5.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 19.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 26.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 4.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 11.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 18.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 25.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 15.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 22.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 29.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 6.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 13.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 27.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.



Comeniussite, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



GC De Platoo

02 412 00 50

deplatoo@vgc.be

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



© /

Yoga

Maak kennis met de basis van yoga en verbeter je lenigheid, kracht en vitaliteit.

€ 160

Volwassenen

18+



ma 25.09.2023 - ma 27.05.2024

op 25.09.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 2.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 9.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 16.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 23.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 6.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 13.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 20.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 27.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 4.12.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 11.12.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 18.12.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 8.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 15.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 22.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 29.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 5.02.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 19.02.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 26.02.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 4.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 11.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 18.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 25.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 15.04.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 22.04.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 29.04.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 6.05.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 13.05.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 27.05.2024 van 13.00 u. tot 14.15 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



- ALLEEN VOOR VROUWEN (+16)
- GEWICHTSVERLIES
- TOT 2 LESSEN PER WEEK

€ 150: 1x / week gedurende het hele seizoen € 250: 2x/ week gedurende het hele seizoen

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16

- 64 jaar

 wo 06.09.2023 - vr 31.05.2024

op woensdag van 17.00 tot 19.00 u.

op vrijdag van 17.00 tot 19.00 u.

 Institut Imelda Basisschool, Ninoofsesteenweg 130, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

 Gold Academy

0487 19 60 95

gold_academy@outlook.com

<http://www.gold-academy.be> (<http://www.gold-academy.be>)

Yoga

Heb je een druk leven? Yoga maakt rustig, vermindert stress en geeft nieuwe energie.

€ 67,5

Volwassenen

18+

 ma 15.01.2024 - ma 10.06.2024

op 15.01.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 29.01.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 19.02.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 26.02.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 4.03.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 11.03.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 25.03.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 15.04.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 22.04.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 29.04.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 6.05.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 13.05.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 27.05.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 3.06.2024 van 19.30 u. tot 21.00 u.

op 10.06.2024 van 19.30 u. tot 21.00 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

Prana Yoga Online

Yoga van thuis uit

€ 160

Volwassenen

Ouderen

18

- 110 jaar



© JD Mason



di 26.09.2023 - di 11.06.2024

op 26.09.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 3.10.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 10.10.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 17.10.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 24.10.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 7.11.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 14.11.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 21.11.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 28.11.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 5.12.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 12.12.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 19.12.2023 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 9.01.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 16.01.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 23.01.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 30.01.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 6.02.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 20.02.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 27.02.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 5.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 12.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 19.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 26.03.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 16.04.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 23.04.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 30.04.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 7.05.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 14.05.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 21.05.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 28.05.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 4.06.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.

op 11.06.2024 van 20.30 u. tot 21.30 u.



GC De Kriekelaar, Gallaitstraat 86, 1030 Schaarbeek



GC De Kriekelaar

02 245 75 22

dekriekelaar@vgc.be

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

Pilates (Dinsdag)

Ontspan en versterk je lichaam

€ 160

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



di 26.09.2023 - di 11.06.2024

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 9.01.2024 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.



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/>)



© Anupam Mahapatra

Stoelyoga

Breng je lichaam en geest in balans met stoelyoga op vrijdag. Dit is een samenwerking met Tai Chi Op-Weule en de 55+ werking van Op-Weule.

€ 30

Volwassenen

18+



vr 12.01.2024 - vr 14.06.2024

op 12.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 19.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 26.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 2.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 9.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 23.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 1.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 8.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 15.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 22.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 29.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 19.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 26.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 3.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 17.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 24.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 31.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 7.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 14.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



GC Op-Weule

02 775 92 00

info@opweule.be

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

Yoga

Wil je in vorm blijven en minder stress hebben? Dan is yoga de ideale sport voor jou.

€ 75

Volwassenen

18+



ma 15.01.2024 - ma 17.06.2024

op 15.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 22.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 29.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 5.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 19.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 26.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 4.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 11.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 18.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 25.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 15.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 22.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 29.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 6.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 13.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 27.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 3.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 10.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 17.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



GC Op-Weule

02 775 92 00

info@opweule.be

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



Combi yoga en pilates

Jouw ontspanningsmoment op dinsdag en vrijdag.

€ 260

Volwassenen

18+



di 19.09.2023 - di 18.06.2024

op 19.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 22.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 26.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 3.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 10.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 17.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 24.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 7.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 14.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 21.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 28.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 5.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 12.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 19.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 9.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 16.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 23.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 30.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 6.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 20.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 27.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 5.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 12.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 19.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 26.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 16.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 23.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 30.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 7.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 14.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 21.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 28.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 4.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 11.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 18.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Hoornstraat 97, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



Yoga@lunchtime

Maak tijdens deze yogacursus dieper contact met jezelf via aandacht voor je ademhaling en precisie van de posities.

€ 145

Volwassenen

18+



di 19.09.2023 - di 18.06.2024

op 19.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 26.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 3.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 10.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 17.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 24.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 7.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 14.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 21.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 28.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 5.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 12.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 19.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 9.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 16.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 23.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 30.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 6.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 20.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 27.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 5.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 12.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 19.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 26.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 16.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 23.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 30.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 7.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 14.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 21.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 28.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 4.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 11.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.
op 18.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Hoornstraat 97, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



YOGA@LUNCHTIME

Even ontspannen tijdens je lunchpauze

€ 160

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



wo 20.09.2023 - wo 19.06.2024

op 20.09.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 27.09.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 4.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 11.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 18.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 25.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 8.11.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 22.11.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 29.11.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 6.12.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 13.12.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 20.12.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 10.01.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 17.01.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 24.01.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 31.01.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 7.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 21.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 28.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 6.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 13.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 20.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 27.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 17.04.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 24.04.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 8.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 15.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 22.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 29.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 5.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 12.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 19.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.



Gemeenschapscentrum De Kriekelaar vzw, Gallaitstraat 86, 1030 Schaarbeek

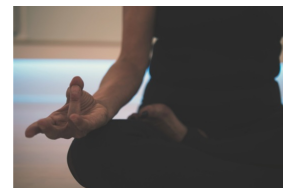


GC De Kriekelaar

02 245 75 22

dekriekelaar@vgc.be

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



© JD Mason

Pilates (Woensdag)

Ontspan en versterk je lichaam

€ 160

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



wo 20.09.2023 - wo 19.06.2024

op 20.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 27.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 4.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 11.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 18.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 25.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 8.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 6.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 13.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 20.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 10.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 17.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 24.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 31.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 7.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 21.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 28.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 6.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 13.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 20.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 27.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 17.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 24.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 8.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 15.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 5.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 12.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 19.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 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/>)



© Anupam Mahapatra

PRANA YOGA

Versoepel je lichaam en relax

€ 160

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



do 28.09.2023 - do 20.06.2024

op 28.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 5.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 12.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 19.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 26.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 9.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 16.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 23.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 30.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 7.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 14.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 21.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 11.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 18.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 25.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 1.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 8.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 7.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 14.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 21.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 28.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 18.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 25.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 2.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 16.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 23.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 30.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 6.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 13.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 20.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.



© JD Mason



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/>)

Postnatale Yoga

Samen met je baby in balans

€ 70

Volwassenen

Ouderen

18

- 110 jaar



do 28.09.2023 - do 20.06.2024

op 28.09.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 5.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 12.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 19.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 26.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 9.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 16.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 23.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 30.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 7.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 14.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 21.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 11.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 18.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 25.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 1.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 8.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 22.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 29.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 7.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 14.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 21.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 28.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 18.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 25.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 2.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 16.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 23.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 30.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 6.06.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 13.06.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 20.06.2024 van 11.30 u. tot 12.30 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/>)



© JD Mason

Pilates @ Lunchtime

Met pilates maak je je lichaam leniger en sterker. Zo kan je beter tegen blessures en behoud je een goede conditie. Aan deze lessen kan iedereen meedoen.

€ 145

Volwassenen

18+



vr 02.02.2024 - vr 21.06.2024

op 2.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 9.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 16.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 23.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 8.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 15.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 22.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 29.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 12.04.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 19.04.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 26.04.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 3.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 17.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 24.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 31.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 7.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 14.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.
op 21.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.



GC 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>)

Pilates@lunchtime

Met pilates maak je je lichaam leniger en sterker. Zo kan je beter tegen blessures en behoud je een goede conditie. Aan deze lessen kan iedereen meedoen.

€ 145

Volwassenen

18+



vr 22.09.2023 - vr 21.06.2024

op 22.09.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 29.09.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 6.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 13.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 20.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 27.10.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 10.11.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 17.11.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 24.11.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 1.12.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 8.12.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 15.12.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 22.12.2023 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 12.01.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 19.01.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 26.01.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 2.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 9.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 23.02.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 1.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 8.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 15.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 22.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 29.03.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 19.04.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 26.04.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 3.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 17.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 24.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 31.05.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 7.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 14.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.

op 21.06.2024 van 12.30 u. tot 13.30 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Hoornstraat 97, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



Yoga voor vrouwen voorjaar 2024

De perfecte manier om te ontspannen en tot rust te komen. In een gemoedelijke sfeer waar je jezelf kan zijn.

€ 80

Volwassenen

18+



vr 23.02.2024 - vr 21.06.2024

op 23.02.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 1.03.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 8.03.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 15.03.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 22.03.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 29.03.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 19.04.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 26.04.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 3.05.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 10.05.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 17.05.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 17.05.2024 van 13.30 u. tot 15.00 u.
op 24.05.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 31.05.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 7.06.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 14.06.2024 van 12.15 u. tot 13.30 u.
op 21.06.2024 van 12.15 u. tot 13.30 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>)

Yoga

Negatieve stress en spanning? Diepe yogarelatatie biedt een doeltreffend antwoord op die nood.

€ 126

Volwassenen

18+



ma 08.01.2024 - ma 24.06.2024

op 8.01.2024 vanaf 17.45 u.

op 15.01.2024 vanaf 17.45 u.

op 22.01.2024 vanaf 17.45 u.

op 29.01.2024 vanaf 17.45 u.

op 5.02.2024 vanaf 17.45 u.

op 19.02.2024 vanaf 17.45 u.

op 26.02.2024 vanaf 17.45 u.

op 4.03.2024 vanaf 17.45 u.

op 11.03.2024 vanaf 17.45 u.

op 18.03.2024 vanaf 17.45 u.

op 25.03.2024 vanaf 17.45 u.

op 15.04.2024 vanaf 17.45 u.

op 22.04.2024 vanaf 17.45 u.

op 29.04.2024 vanaf 17.45 u.

op 6.05.2024 vanaf 17.45 u.

op 13.05.2024 vanaf 17.45 u.

op 27.05.2024 vanaf 17.45 u.

op 3.06.2024 vanaf 17.45 u.

op 10.06.2024 vanaf 17.45 u.

op 17.06.2024 vanaf 17.45 u.

op 24.06.2024 vanaf 17.45 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>)



© Pixabay

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/>)



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

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.

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 3.10.2023 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 7.11.2023 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 5.12.2023 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 9.01.2024 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 6.02.2024 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 5.03.2024 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 7.05.2024 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 4.06.2024 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

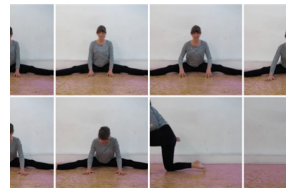


GC De Platoo

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

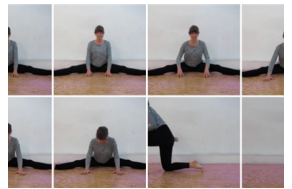


GC De Platoo

02 412 00 50

deplatoo@vgc.be

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



© /

