

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

Je filterde op: "Volwassenen, Omnisport, Turnen, Zumba"

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](tel:024278039)
essegem@vgc.be
<http://www.essegem.be> (<http://www.essegem.be>)



© Sophie Lenoir

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

Bootcamp

Bootcamp is van oorsprong een workout gebaseerd op de manier waarop soldaten worden getraind in het leger.

€ 80

Volwassenen

18+



ma 15.01.2024 - ma 27.05.2024

op 15.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 5.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 19.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 26.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 4.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 11.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 18.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 25.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 15.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 6.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 13.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 27.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.



Comeniussite, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



GC De Platoo

02 412 00 50

deplatoo@vgc.be

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



© /

Open training parkour 14 jaar+

Kom trainen in onze indoor parkourhal!

Gratis

Volwassenen

18+



di 26.09.2023 - di 28.05.2024

op 26.09.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 3.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 10.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 17.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 24.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 7.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 14.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 21.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 28.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 5.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 12.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 19.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 2.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 9.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 16.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 23.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 30.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 6.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 20.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 27.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 5.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 12.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 19.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 26.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 16.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 23.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 30.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 7.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 14.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 21.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.
op 28.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 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>)



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 29.05.2024

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

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 03.06.2024

van 10.30 u. tot 11.30 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

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 05.06.2024

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

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 10.06.2024

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](#)

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 12.06.2024

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](#)

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 17.06.2024

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](#)

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 19.06.2024

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

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 24.06.2024

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

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](tel:026754010)

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

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 05.09.2023 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 03.10.2023 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 07.11.2023 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 05.12.2023 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 09.01.2024 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 06.02.2024 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 05.03.2024 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 07.05.2024 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 04.06.2024 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

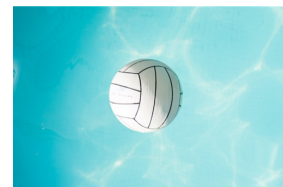


GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



© Benjamin Voros

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](tel:026638950)
dendam@vgc.be
<http://www.gcdendam.be> (<http://www.gcdendam.be>)



© DD

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 26.06.2024
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

GOLD-sportaanbod 'Conditiegym'

In beweging blijven is belangrijk. Gym is goed voor je bloedsomloop, je spieren en je gewrichten en zorgt ervoor dat je lenig blijft.

€ 35

Volwassenen

Ouderen

50

- 99 jaar



do 07.09.2023 - do 27.06.2024

op 7.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 28.09.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 5.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 12.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 19.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 26.10.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 9.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 30.11.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 7.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.12.2023 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 11.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 18.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 25.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 1.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 8.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 22.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 29.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 7.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 14.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 28.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 18.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 25.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 2.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 16.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 30.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 6.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 13.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 20.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 27.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum De Kroon vzw, Jean Baptiste Vandendrieschstraat 19, 1082 Sint-Agatha-Berchem



GC De Kroon

02 482 00 10

dekroon@vgc.be

<https://www.vgc.be/publicaties/sport/gold-sportaanbod>

<https://www.vgc.be/publicaties/sport/gold-sportaanbod>



© web

Femina: Aerobics voor vrouwen

Met aerobics werk je aan een gezond lichaam en een goede conditie. Tijdens deze cursus voor vrouwen werk je aan je lichaamshouding en spierbeheersing.

€ 45

Volwassenen

18+



do 14.09.2023 - do 27.06.2024

op 14.09.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 21.09.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 28.09.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 5.10.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 12.10.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 19.10.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 26.10.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 9.11.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 16.11.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 23.11.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 30.11.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 7.12.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 14.12.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 21.12.2023 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 11.01.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 18.01.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 25.01.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 1.02.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 8.02.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 22.02.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 29.02.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 7.03.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 14.03.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 21.03.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 28.03.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 18.04.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 25.04.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 2.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 16.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 23.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 30.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 6.06.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 13.06.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 20.06.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 27.06.2024 van 9.30 u. tot 11.30 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/>)

Gym voor senioren

Met deze zachte vorm van gymnastiek verfijn je je silhouet en onderhoud je je lichaam.

€ 50

Volwassenen

50+



vr 15.09.2023 - vr 28.06.2024

op 15.09.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 22.09.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 29.09.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 6.10.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 13.10.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 20.10.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 27.10.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 10.11.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 17.11.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 24.11.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 1.12.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 8.12.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 15.12.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 22.12.2023 van 11.30 tot 12.30 u.

op 12.01.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 19.01.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 26.01.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 2.02.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 9.02.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 23.02.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 1.03.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 8.03.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 15.03.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 22.03.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 29.03.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 19.04.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 26.04.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 3.05.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 10.05.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 17.05.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 24.05.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 31.05.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 7.06.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 14.06.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 21.06.2024 van 11.30 tot 12.30 u.

op 28.06.2024 van 11.30 tot 12.30 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/>)

Fit & Fun aan de beweegbank! Gold Zomeraanbod

Tijdens deze leuke work-out aan de beweegbank trainen we alle spiergroepen.

Gratis

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar

 do 04.07.2024
van 14.00 u. tot 15.00 u.

 terras Dkantine, 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>)



© IPitup

Fit & Fun aan de beweegbank! Gold Zomeraanbod

Tijdens deze leuke work-out aan de beweegbank trainen we alle spiergroepen.

Gratis

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar

 di 09.07.2024
van 14.00 u. tot 15.00 u.

 terras Dkantine, 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>)



© IPitup

G-sportmix zomervakantie Koekelberg

Heb je een lichte tot matige verstandelijke beperking en/of lichte vorm van ASS en beweeg je graag?

€ 40

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

10

- 24 jaar

 ma 08.07.2024 - vr 12.07.2024
van 9.00 u. tot 16.00 u. (Opvang van 8u00-9u00 en van 16u00-17u30)
Gesloten op 11.07.2024

 VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

 VGC-sportdienst
[02 563 05 14](tel:025630514)
sportdienst@vgc.be



G-omnisport Sint-Pieters-Woluwe op zaterdag

In deze tweewekelijkse lessen doen we verschillende creatieve bewegingsspelletjes.

€ 75

Volwassenen

18+

 za 12.10.2024 - za 24.05.2025
van 14.00 u. tot 15.30 u.

 Sporthal Atheneum Woluwe, Grote Prijzenlaan 59, 1150 Sint-Pieters-Woluwe

 VGC-sportdienst
[02 563 05 14](tel:025630514)
sportdienst@vgc.be



Maxi Fit Koekelberg op zondag

Spierversterkende oefeningen, cardio, lenigheid, ... Werk aan je conditie op jouw niveau.

€ 95

Jongeren (12-18)

Volwassenen

16+

 zo 06.10.2024 - zo 25.05.2025
van 9.30 u. tot 10.50 u.

 VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

 VGC-sportdienst
[02 563 05 14](tel:025630514)
sportdienst@vgc.be

