

Op 27-04-2024 selecteerde je 6 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Aerobics, Korfbal, Tai chi"

Online Friskis & Svettis sports sessions @ home

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



Maak kennis met Friskis & Svettis, indoor en outdoor sport en fitness o

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op maandag van 8.00 tot 9.00 u.
op woensdag van 18.30 tot 19.30 u.

 Friskis & Svettis Brussels vzw, Online -, 1000 Brussel

 Friskis & Svettis
[0486 85 15 51](tel:0486851551)
jeroen.overstijns@hotmail.com
<http://www.friskissvettis.be> (<http://www.friskissvettis.be>)

Tai Chi

In Tai Chi worden de langzaam uitgevoerde bewegingen een zoektocht naar harmonie en evenwicht. Luister naar je lichaam, volg het ritme van je ademhaling, lee

60 EUR voor 18 lessen van n uur, 100 EUR voor twee uur. Paspartoe Kansentarief 30 EUR.

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

13+

 op dinsdag van 17.30 u. tot 20.30 u.

 Gemeenschapscentrum De Markten, Oude Graanmarkt 5, 1000 Brussel

 Tai Chi
[0486 29 23 95](tel:0486292395)
taichi.demarkten@gmail.com
<https://www.facebook.com/taichi.demarkten/> (<https://www.facebook.com/taichi.demarkten/>)

Tai Chi Fedos Anderlecht

Elke donderdag kan je bij ons terecht voor een uur leuke Tai Chi onder begeleiding van Vincianne Cappelle.

(D

Volwassenen

Ouderen

41+



do 01.01.2015 - vr 31.12.2021

op donderdag van 10.00 tot 11.00 u.



Fedos Anderlecht Centrum, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht



Fedos Anderlecht Centrum

02 523 33 90

nadineasseau@outlook.com

<https://www.facebook.com/FEDOS-Anderlecht-Centrum-373532459659125/> (<https://www.facebook.com/FEDOS-Anderlecht-Centrum-373532459659125/>)

Tai Chi okra 55+ Jette

Tai Chi 50+

Volwassenen

Ouderen

41+



do 01.01.2015 - vr 31.12.2021

op dinsdag van 14.00 tot 15.00 u.



OKRA - Jette, Léon Theodorstraat 57, 1090 Jette



OKRA - Jette

02 244 28 93 0484 11 90 81

gillian.demaegd@okra.be

<https://www.okra.be/activiteiten/trefpunt/jette> (<https://www.okra.be/activiteiten/trefpunt/jette>)

Qi Qong: GOLD-kaart

Qi gong, bestaat uit trage bewegingen die rustig en vloeiend worden uitgevoerd, met een rustige, diepe buikademhaling

Volwassenen

Ouderen

20+



do 01.01.2015 - vr 31.12.2021

op donderdag van 10.30 tot 11.30 u.



Brussels Ouderenplatform vzw, Zaterdagplein 6, 1000 Brussel



BOp

02 210 04 60

info@bop.brussels

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

Dance fitness: GOLD-kaart

Een opwarming op en af een stevig platform. Ideaal voor een goede conditie en gestroomlijnde benen. Gevolgd door een Volwassenen

Ouderen

20+



do 01.01.2015 - vr 31.12.2021

op donderdag van 14.00 tot 15.00 u.



Brussels Ouderenplatform vzw, Zaterdagplein 6, 1000 Brussel



BOp

02 210 04 60

info@bop.brussels

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