

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

Je filterde op: "Braziliaans jiu-jitsu, Yoga, Zumba"

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.



© 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/>)

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

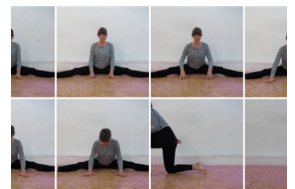


GC De Platoo

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

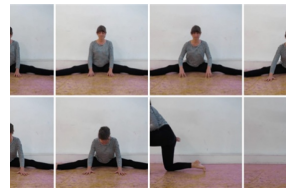


GC De Platoo

02 412 00 50

deplatoo@vgc.be

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



© /

Yoga en beweging - GOLDkaart

Door rustige yoga houdingen, meditaties, relaxaties, body-mind work, verbinden we ons met wat leeft.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+



di 26.09.2023 - di 25.06.2024

op dinsdag van 14.00 u. tot 15.30 u.



VGC-sportthal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



VGC-sportdienst

02 563 05 14

sportdienst@vgc.be



Yoga Pauze Reeks 2 - Level 1

Marleen Maldeghem en Ramdas (Mathieu Robert) bieden lessen hatha yoga, een dynamische vorm van yoga.

€ 80

Volwassenen

18+



di 16.04.2024 - di 25.06.2024

op 16.04.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 23.04.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 7.05.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 14.05.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 21.05.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 28.05.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 4.06.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 11.06.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 18.06.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.

op 25.06.2024 van 18.30 u. tot 19.45 u.



Gemeenschapscentrum Elzenhof vzw, Kroonlaan 12-16, 1050 Elsene



GC Elzenhof

02 648 20 30

elzenhof@vgc.be

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



Yoga Pauze Reeks 2 - Level 2

Marleen Maldeghem en Ramdas (Mathieu Robert) bieden lessen hatha yoga, een dynamische vorm van yoga.

€ 80

Volwassenen

18+



di 16.04.2024 - di 25.06.2024

op 16.04.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 23.04.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 7.05.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 14.05.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 21.05.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 28.05.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 4.06.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 11.06.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 18.06.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

op 25.06.2024 van 20.00 u. tot 21.15 u.

📍 Gemeenschapscentrum Elzenhof vzw, Kroonlaan 12-16, 1050 Elsene



GC Elzenhof

[02 648 20 30](tel:026482030)

elzenhof@vgc.be

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



Yoga niveau 2

Heb je al veel ervaring met yoga? Dan is deze cursus echt iets voor jou. De yogalessen zijn zowel ontspannend als versterkend.

€ 210

Volwassenen

18+



di 16.01.2024 - di 25.06.2024

op 16.01.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 23.01.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 30.01.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 6.02.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 20.02.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 27.02.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 5.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 12.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 19.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 26.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 16.04.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 23.04.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 30.04.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 7.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 14.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 21.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 28.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 4.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 11.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 18.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 25.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

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



GC Het Huys

[02 343 46 58](tel:023434658)

hethuys@vgc.be

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



Capoeira kids 12-15jaar

Capoeira is een krijgskunst uit Brazilië die veel te bieden heeft: je ontwikkelt ruimtelijke perceptie, psychomotoriek, ritmegevoel en respect voor anderen.

€ 40

Kinderen (6-12)

10

- 12 jaar



wo 13.09.2023 - wo 26.06.2024

op 13.09.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 20.09.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 27.09.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 4.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 11.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 18.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 25.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 8.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 22.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 29.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 6.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 13.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 20.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 10.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 17.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 24.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 31.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 7.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 21.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 28.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 6.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 13.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 20.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 27.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 17.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 24.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 8.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 15.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 22.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 29.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 5.06.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 12.06.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 19.06.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 26.06.2024 van 17.00 u. tot 18.00 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/>)



Capoeira kids 9-11jaar

Capoeira is een krijgskunst uit Brazilië die veel te bieden heeft: je ontwikkelt ruimtelijke perceptie, psychomotoriek, ritmegevoel en respect voor anderen.

€ 40

Kinderen (6-12)

8

- 9 jaar



wo 13.09.2023 - wo 26.06.2024

op 13.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 20.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 27.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 4.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 11.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 18.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 25.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 8.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 22.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 29.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 6.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 13.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 20.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 10.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 17.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 24.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 31.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 7.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 21.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 28.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 6.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 13.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 20.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 27.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 17.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 24.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 8.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 15.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 22.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 29.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 5.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 12.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 19.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.
op 26.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 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/>)



Capoeira kids 6-8jaar

Capoeira is een krijgskunst uit Brazilië die veel te bieden heeft: je ontwikkelt ruimtelijke perceptie, psychomotoriek, ritmegevoel en respect voor anderen.

€ 40

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 7 jaar



wo 13.09.2023 - wo 26.06.2024

op 13.09.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 20.09.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 27.09.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 4.10.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 11.10.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 18.10.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 25.10.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 8.11.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 22.11.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 29.11.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 6.12.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 13.12.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 20.12.2023 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 10.01.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 17.01.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 24.01.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 31.01.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 7.02.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 21.02.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 28.02.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 6.03.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 13.03.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 20.03.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 27.03.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 17.04.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 24.04.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 8.05.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 15.05.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 22.05.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 29.05.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 5.06.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 12.06.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 19.06.2024 van 15.00 u. tot 16.00 u.

op 26.06.2024 van 15.00 u. tot 16.00 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/>)

Capoeira kids 4-5 jaar

Capoeira is een krijgskunst uit Brazilië die veel te bieden heeft: je ontwikkelt ruimtelijke perceptie, psychomotoriek, ritmegevoel en respect voor anderen.

€ 40

Kleuters (2,5-6)

4

- 5 jaar



wo 13.09.2023 - wo 26.06.2024

op 13.09.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 20.09.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 27.09.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 4.10.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 11.10.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 18.10.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 25.10.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 8.11.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 22.11.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 29.11.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 6.12.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 13.12.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 20.12.2023 van 14.00 tot 15.00 u.

op 10.01.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 17.01.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 24.01.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 31.01.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 7.02.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 21.02.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 28.02.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 6.03.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 13.03.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 20.03.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 27.03.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 17.04.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 24.04.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 8.05.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 15.05.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 22.05.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 29.05.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 5.06.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 12.06.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 19.06.2024 van 14.00 tot 15.00 u.

op 26.06.2024 van 14.00 tot 15.00 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/>)

Kinderyoga 4-6 jaar

Via kinderyoga nodigen we de kinderen uit om meer aanwezig te zijn in hun lichaam, in hun innerlijke bewustzijn, in hun fantasiewereld,

€ 120

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

4

- 6 jaar



wo 20.09.2023 - wo 26.06.2024

op 20.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 4.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 11.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 13.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 17.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 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/>)



Kinderyoga 4-6 jaar

Kindercoach Chloë geeft yoga aan kinderen tussen 4 en 6 jaar, in het Nederlands, voor maximum 8 kleuters.

€ 100

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

4

- 6 jaar



wo 17.04.2024 - wo 26.06.2024

op 17.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 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/>)



Yoga

Verbeter je lichaamsbewustzijn, algemene kracht en soepelheid. Leer luisteren naar je grenzen, maar krijg toch de nodige uitdaging.

€ 147

Volwassenen

Ouderen

18

- 101 jaar



wo 10.01.2024 - wo 26.06.2024

op 10.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 17.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 24.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 31.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 7.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 21.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 28.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 6.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 13.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 20.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 27.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 17.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 24.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 8.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 15.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 22.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 29.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 5.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 12.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 19.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 26.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.



Gemeenschapscentrum Kontakt vzw, Orbanlaan 54, 1150 Sint-Pieters-Woluwe



GC Kontakt

02 762 37 74

kontakt@vgc.be

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



Yoga voor vroege vogels

Verbeter je lichaamsbewustzijn, algemene kracht en soepelheid. Leer luisteren naar je grenzen, maar krijg toch de nodige uitdaging.

€ 147

Volwassenen

Ouderen

18

- 101 jaar



wo 10.01.2024 - wo 26.06.2024

op 10.01.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 17.01.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 24.01.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 31.01.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 7.02.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 21.02.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 28.02.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 6.03.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 13.03.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 20.03.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 27.03.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 17.04.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 24.04.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 8.05.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 15.05.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 22.05.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 29.05.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 5.06.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 12.06.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 19.06.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.

op 26.06.2024 van 8.30 u. tot 9.30 u.



Gemeenschapscentrum Kontakt vzw, Orbanlaan 54, 1150 Sint-Pieters-Woluwe

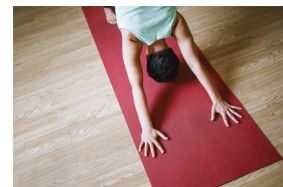


GC Kontakt

02 762 37 74

kontakt@vgc.be

http://www.gckontakt.be (http://www.gckontakt.be)



Prenatale Yoga

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

€ 5

0+



wo 26.06.2024

van 10.00 u. tot 11.00 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)



Slow down yoga op donderdag van 19.00 tot 20.00 uur

Sluit je even af van de chaos. Trek je terug in jezelf. Kom tot rust en vind de harmonie in je leven terug.

€ 115

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



do 11.01.2024 - do 27.06.2024

op 11.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 18.01.2024 van 19.30 u. tot 20.30 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.

op 27.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.



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



GC De Kroon

02 482 00 10

dekroon@vgc.be

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



© Vera Mota

Slow down yoga op donderdag van 20.00 tot 21.00 uur

Sluit je even af voor de chaos. Trek je terug in jezelf. Kom tot rust en vind de harmonie in je leven terug.

€ 115

Volwassenen

Ouderen

18

- 99 jaar



do 11.01.2024 - do 27.06.2024

op 11.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 25.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 1.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 8.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 22.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 29.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 7.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 14.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 21.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 28.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 18.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 25.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 2.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 16.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 23.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 30.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 6.06.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 13.06.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 20.06.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 27.06.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.



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



GC De Kroon

02 482 00 10

dekroon@vgc.be

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



© Vera Mota