

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

Je filterde op: "Boksen, Pilates, Stijl- en salondansen"

Kidsboks

Zoek je een leuke, speelse en leerrijke sport? Deze bokslessen zijn dan iets voor jou!

€ 120

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 11 jaar



do 05.10.2023 - do 30.05.2024

op 5.10.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 12.10.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 19.10.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 26.10.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 9.11.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 16.11.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 23.11.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 30.11.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 7.12.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 14.12.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 21.12.2023 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 18.01.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 25.01.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 1.02.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 8.02.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 22.02.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 29.02.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 7.03.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 14.03.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 21.03.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 28.03.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 18.04.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 25.04.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 2.05.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 16.05.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 23.05.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.

op 30.05.2024 van 16.00 u. tot 17.30 u.



Gemeenschapscentrum De Rinck vzw, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht



GC De Rinck

[02 524 32 35](tel:025243235)

derinck@vgc.be

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



© GC De Rinck

Boksen

Gevarieerde bokslessen open voor iedereen: de perfecte manier om fitter te worden en jezelf te leren verdedigen.

€ 80

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

7

- 77 jaar



vr 22.09.2023 - vr 21.06.2024

op 22.09.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 29.09.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 6.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 13.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 20.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 27.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 10.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 17.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 24.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 1.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 8.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 15.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 22.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 12.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 19.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 26.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 2.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 9.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 23.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 1.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 8.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 15.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 22.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 29.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 19.04.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 26.04.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 3.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 17.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 24.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 31.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 7.06.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 14.06.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 21.06.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

📍 Sportzaal De Maalbeek, Oudergemselaan 126, 1040 Etterbeek

📞 GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



Try it Loud: Café Tango

Café Tango, elke vierde zaterdag van de maand van 17.30 tot 22.30 uur.

Gratis

Volwassenen

18+



za 23.09.2023 - za 22.06.2024

op 23.09.2023 van 16.45 u. tot 22.30 u.

op 28.10.2023 van 16.45 u. tot 22.30 u.

op 25.11.2023 van 16.45 u. tot 22.30 u.

op 24.02.2024 van 16.45 u. tot 22.30 u.

op 23.03.2024 van 16.45 u. tot 22.30 u.

op 27.04.2024 van 16.45 u. tot 22.30 u.

op 25.05.2024 van 16.45 u. tot 22.30 u.

op 22.06.2024 van 16.45 u. tot 22.30 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/>)



© vzw Estación Tango

Tango halfgevorderden

Tango is een dans die mensen van verschillende culturen samen laat bewegen, verenigd door het ritme. Iedereen is welkom. Beleef een onvergetelijke ervaring!

€ 110

Volwassenen

18+



© vzw Estación Tango



ma 11.09.2023 - ma 24.06.2024

op 11.09.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 18.09.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 25.09.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 2.10.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 9.10.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 16.10.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 23.10.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 6.11.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 13.11.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 20.11.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 27.11.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 4.12.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 11.12.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 18.12.2023 van 19.00 tot 20.00 u.

op 8.01.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 15.01.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 22.01.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 29.01.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 5.02.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 19.02.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 26.02.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 4.03.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 11.03.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 18.03.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 25.03.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 15.04.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 22.04.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 29.04.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 6.05.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 13.05.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 27.05.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 3.06.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 10.06.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 17.06.2024 van 19.00 tot 20.00 u.

op 24.06.2024 van 19.00 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/>)

Tango gevorderden

Tango is een dans die mensen van verschillende culturen samen laat bewegen, verenigd door het ritme. Iedereen is welkom. Beleef een onvergetelijke ervaring!

€ 110

Volwassenen

18+



© vzw Estación Tango



ma 11.09.2023 - ma 24.06.2024

op 11.09.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 18.09.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 25.09.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 2.10.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 9.10.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 16.10.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 23.10.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 6.11.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 13.11.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 20.11.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 27.11.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 4.12.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 11.12.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 18.12.2023 van 20.00 tot 21.00 u.

op 8.01.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 15.01.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 22.01.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 29.01.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 5.02.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 19.02.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 26.02.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 4.03.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 11.03.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 18.03.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 25.03.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 15.04.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 22.04.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 29.04.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 6.05.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 13.05.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 27.05.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 3.06.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 10.06.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 17.06.2024 van 20.00 tot 21.00 u.

op 24.06.2024 van 20.00 tot 21.00 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/>)

Tango beginners

Tango is een dans die mensen van verschillende culturen samen laat bewegen, verenigd door het ritme. Iedereen is welkom. Beleef een onvergetelijke ervaring!

€ 110

Volwassenen

18+



© vzw Estación Tango



ma 11.09.2023 - ma 24.06.2024

op 11.09.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 18.09.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 25.09.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 2.10.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 9.10.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 16.10.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 23.10.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 6.11.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 13.11.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 20.11.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 27.11.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 4.12.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 11.12.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 18.12.2023 van 21.00 tot 22.00 u.

op 8.01.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 15.01.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 22.01.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 29.01.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 5.02.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 19.02.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 26.02.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 4.03.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 11.03.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 18.03.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 25.03.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 15.04.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 22.04.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 29.04.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 6.05.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 13.05.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 27.05.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 3.06.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 10.06.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 17.06.2024 van 21.00 tot 22.00 u.

op 24.06.2024 van 21.00 tot 22.00 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/>)

Ballroom en latindansen gevorderden

Op zoek naar een nieuwe uitdaging of gewoon naar een leuke hobby voor jou en je partner? Dan is ballroom en latindansen misschien wat je zoekt.

€ 90

Volwassenen

18+



do 28.09.2023 - do 27.06.2024

op 28.09.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 5.10.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 12.10.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 19.10.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 26.10.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 9.11.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 16.11.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 23.11.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 30.11.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 7.12.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 14.12.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 21.12.2023 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 11.01.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 18.01.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 25.01.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 1.02.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 8.02.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 22.02.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 29.02.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 7.03.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 14.03.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 21.03.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 28.03.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 18.04.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 25.04.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 2.05.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 16.05.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 23.05.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 30.05.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 6.06.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 13.06.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 20.06.2024 van 21.30 u. tot 23.00 u.

op 27.06.2024 van 21.30 u. tot 23.00 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>)

Ballroom en latindansen beginners

Altijd al willen dansen, op zoek naar een nieuwe uitdaging of gewoon naar een leuke hobby voor jou en je partner? Dan is Ballroom en latindansen wat je zoekt.

€ 90

Volwassenen

18+



do 28.09.2023 - do 27.06.2024

op 28.09.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 5.10.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 12.10.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 19.10.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 26.10.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 9.11.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 16.11.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 23.11.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 30.11.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 7.12.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 14.12.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 21.12.2023 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 11.01.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 18.01.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 25.01.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 1.02.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 8.02.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 22.02.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 29.02.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 7.03.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 14.03.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 21.03.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 28.03.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 18.04.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 25.04.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 2.05.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 16.05.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 23.05.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 30.05.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 6.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 13.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 20.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 u.

op 27.06.2024 van 19.00 u. tot 20.30 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>)

Speels boksen: GOLD-kaart

Laagdrempelige boksles waar je fit en blij van wordt.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+



di 26.09.2023 - do 27.06.2024

op dinsdag van 14.00 u. tot 15.30 u.

op donderdag van 10.00 u. tot 11.30 u.



Gemeenschapscentrum De Markten vzw, Oude Graanmarkt 5, 1000 Brussel



VGC-sportdienst

02 563 05 14

sportdienst@vgc.be



Ballroom Standaard en Latin Danslessen Brussel Beginners, Intermediair, Gevorderden

In onze lessen ballroomdansen voor beginners leer je de passen en technieken van zowel ballroomdans als latindans. De lessen zijn erg leuk en worden gegeven in

€ 13 (Basistarief)

0+



zo 06.08.2023 - di 06.08.2024



Dynamodance.com(Merode-Montgomery), Rue du Duc 54c, 1150 Sint-Pieters-Woluwe



publiq vzw

02 551 18 60

info@publiq.be

https://www.publiq.be/ (https://www.publiq.be/)

Schooljaar 2024-2025: Boksen (zaterdag)

Tijdens de bokslessen op Aximax blijven we op een leuke en uitdagende manier in beweging!

€ 80

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

6

- 10 jaar



za 21.09.2024 - za 24.05.2025

van 21.09.2024 tot 24.05.2025 - van 9.30 u. tot 11.00 u.



Jeugdcentrum Aximax, John Waterloo Wilsonstraat 19, 1000 Brussel



Jeugdcentrum Aximax

02 280 45 56

aximax@vgc.be

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



Boksen Brussels Boxing Academy

De Brussels Boxing Academy is een club voor recreanten en competitieboksers. De club richt zich tot alle Brusselaars, jong en oud, jongens en meisjes, mannen

50€ (per seizoen (6 tot 8 jaar)) Om in te schrijven kom je langs voor of na de training. Andere € 110 (per seizoen (9 tot 12 jaar)) | Andere € 145 (per seizoen + verzekering (+ 13 jaar))

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

6

- 50 jaar



op maandag van 16.00 tot 21.00 u.

op dinsdag van 18.00 tot 21.00 u.

op woensdag van 16.00 tot 21.00 u.

op donderdag van 18.00 tot 21.00 u.

op vrijdag van 16.00 tot 21.00 u.

op zaterdag van 15.30 tot 16.30 u.

op zondag van 14.00 tot 18.00 u.



Brussels Boxing Academy, Kogelstraat 29, 1000 Brussel



Brussels Boxing Academy

0470 81 23 40

tom.flachet@gmail.com

<https://www.facebook.com/BBA-Brussels-Boxing-Academy-301019266692072/> (<https://www.facebook.com/BBA-Brussels-Boxing-Academy-301019266692072/>)

Pilates Brussels Gay Sports

Tijdens de Pilates lessen wordt er gewerkt aan ademhaling, concentratie, evenwicht, ritme en spierbeheersing. De lessen eisen enige concentratie, maar achter

130€ (Abonnement september tot juni) Leden € 15 (jaarlijks lidgeld) | Andere € 90 (Abonnement januari tot juni) | Andere € 50 (Abonnement april tot juni)

Volwassenen

20

- 50 jaar



op woensdag van 20.00 tot 21.00 u.



Brussels Gay Sports, Rogier van der Weydenstraat 3, 1000 Brussel



Brussels Gay Sports vzw

0476 97 23 51

frank@bgs.org

<http://www.bgs.org/nl/activiteiten/20/pilates> (<http://www.bgs.org/nl/activiteiten/20/pilates>)

Indoor Friskis & Svettis 'jympa' sports sessions @ VUB

STAY FIT THE SWEDISH WAY! Maak kennis met Friskis & Svettis, indoor en outdoor sport en fitness op zijn Zweeds. Friskis & Svettis bestaat in vele v

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

11+



op dinsdag van 19.00 tot 20.00 u.

op woensdag van 19.00 tot 20.00 u.

op donderdag van 19.00 tot 20.00 u.



Friskis & Svettis Brussels vzw, Triomflaan 20, 1050 Elsene



Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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



Indoor Friskis & Svettis 'jympa' sports sessions @ GC De Maalbeek

STAY FIT THE SWEDISH WAY!

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

5m: 125€, 10m: 215€, zomermaanden: gratis

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Ouderen

0+



op maandag van 13.00 u. tot 20.00 u.

op dinsdag van 12.30 u. tot 21.00 u.

op woensdag van 12.30 u. tot 13.30 u.

op donderdag van 12.30 u. tot 13.30 u.

op vrijdag van 12.30 u. tot 13.30 u.

op zaterdag van 10.00 u. tot 13.00 u.

op zondag van 10.00 u. tot 13.20 u.



Friskis & Svettis Brussels vzw, Kloktorenstraat 22, 1040 Etterbeek



Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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



Pilates Yoga centrum Evere

Train je hele lichaam met pilates. Combineer kracht, lenigheid, lichaams-controle en bewuste ademhaling. Verbeter zo je houding, figuur, soepelheid en balans

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

📅 op woensdag van 20.15 tot 21.30 u.

📍 Yoga Centrum Evere, Windmolenstraat 39, 1140 Evere

📞 Yoga Centrum Evere

0475 23 20 79

vanbellingen-roegies@hotmail.com

Educatieve boks KBA

KBA heeft enerzijds zijn boks aanbod opgericht om dit te gebruiken als middel om vriendschappen tussen kinderen/jongeren en hun ouders te verbeteren, maar oo

30€ (per maand)

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

6

- 19 jaar

📅 op maandag van 18.30 tot 20.00 u.

op dinsdag van 18.30 tot 20.00 u.

op woensdag van 18.30 tot 20.00 u.

op donderdag van 18.30 tot 20.00 u.

op vrijdag van 18.30 tot 20.00 u.

📍 Kureghem Boxing Academy, Habermanstraat 27, 1070 Anderlecht

📞 Kureghem Boxing Academy vzw

0484 54 29 69

abdelhay.elouarroudi@gmail.com

<https://nl.kureghemboxingacademy.be/> (<https://nl.kureghemboxingacademy.be/>)

Training Idrissi Boxing Pro

De groepslessen vinden plaats in een familiale sfeer waarbij het programma aangepast wordt aan het niveau van elke persoon.

Wie op professioneel (wed

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

📅 op dinsdag van 19.30 tot 21.00 u.

op donderdag van 19.30 tot 21.00 u.

📍 Idrissi Boxing Pro, Kogelstraat 29, 1000 Brussel

📞 Idrissi Boxing Pro

0488 43 35 34

idrissi.boxing.pro@gmail.com



Yoga Centrum Evere

Train je hele lichaam met pilates. Combineer kracht, lenigheid, lichaams-controle en bewuste ademhaling. Verbeter zo je houding, figuur, soepelheid en balans.

Volwassenen

Ouderen

20+

 op woensdag van 20.15 tot 21.30 u.

 Yoga Centrum Evere, Windmolenstraat 39, 1140 Evere

 Yoga Centrum Evere

0475 23 20 79

vanbellingen-roegies@hotmail.com

De H.B.B Boksclub

De H.B.B. is een Engelse boksclub en is aangesloten bij de Vlaamse boksliga. De less

Eerste 3 lessen: 5 euro per les (bokshandschoenen en windels beschikbaar) Verzekering & lidgeld: 35 euro/jaar 10-beurtenkaart: 80 euro 1 maand abonnement (2x per week): 50 euro 3 maand abonnement (2x per week): 120 euro

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op dinsdag van 19.30 tot 21.00 u.

op donderdag van 19.30 tot 21.00 u.

 Mondial Sport et Culture, Helmetsesteenweg 75, 1030 Schaarbeek

 De H.B.B. vzw

0498 35 71 14

dehbbclub@hotmail.com

Training Idrissi Boxing Pro Vrouwen

Deze bokslessen zijn enkel voor vrouwen bestemd en ze vinden plaats in een familiale sfeer, waarbij het programma aangepast wordt aan het niveau van elke per

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

16+

 op dinsdag van 18.30 tot 19.30 u.

op donderdag van 21.00 tot 22.00 u.

 De Kleurdoos, Moutstraat 24, 1000 Brussel

 Idrissi Boxing Pro

0488 43 35 34

idrissi.boxing.pro@gmail.com



Brussels Boxing Academy Zomerperiode

De Brussels Boxing Academy is een club voor recreanten en competitieboksers. De club richt zich tot alle Brusselaars, jong en oud, jongens en meisjes, mannen

Gratis

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Ouderen

6+

- op maandag van 13.00 tot 19.00 u.
- op dinsdag van 13.00 tot 15.00 u.
- op donderdag van 13.00 tot 15.00 u.

Brussels Boxing Academy, Lessenstraat 37, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

Brussels Boxing Academy

0470 81 23 40

tom.flachet@gmail.com

<https://www.facebook.com/people/BBA-Brussels-Boxing-Academy/100054516126916/>

[\(https://www.facebook.com/people/BBA-Brussels-Boxing-Academy/100054516126916/\)](https://www.facebook.com/people/BBA-Brussels-Boxing-Academy/100054516126916/)

ACADEMY			
JULI 2022			
SPORTZAAL: LESSENSTRAAT N°37, 1080 MOLENBEEK			
GRATIS INGAANG INDIEN INGESCHREVEN		CONTACT: ANAS 0470 14 04 12	
MAANDAG	DINSDAG	DONDERDAG	
13u-19u 15u-19u	TRAINING KINDEREN & ADOS	TRAINING KINDEREN & ADOS	TRAINING KINDEREN & ADOS

Indoor Friskis & Svettis 'jympa' sports sessions @ Mounier

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



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

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Ouderen

11+

- op woensdag van 20.00 tot 21.00 u.
- op zaterdag van 11.30 tot 12.30 u.
- op zondag van 10.00 tot 11.00 u.

Mounier Sportcentrum, Emmanuel Mounierlaan 87, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe

Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

Free Friskis & Svettis Summer indoor sports sessions @ Mounier

STAY FIT THE SWEDISH WAY!



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

Gratis

Jongeren (12-18)

Baby's (0-1,5)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

Ouderen

0+

 op zondag van 10.00 tot 11.00 u.

 Mounier Sportcentrum, Emmanuel Mounierlaan 87, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe

 Friskis & Svettis

0486 85 15 51

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

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

jeroen.overstijns@hotmail.com

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

