Sport in Brussel

Meer activiteiten vind je op www.sportinbrussel.be

Op 29-03-2024 selecteerde je 19 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Tai chi, Torbal, Seniorensport"

Tai chi



Breng je lichaam en geest in balans met tai chi. De ideale manier om relaxed aan je week te beginnen.

€ 30

Volwassenen

18+

ma 08.01.2024 - ma 10.06.2024
op 8.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 15.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 22.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 29.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 5.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 19.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 26.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 4.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 11.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 18.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 25.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 15.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 22.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 29.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 6.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 13.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 27.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 3.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.
op 10.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 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)

Tai Chi 24 vormen: GOLD-kaart



Op zoek naar een sport om je lichaam soepel, sterk en gezond te houden, op een eenvoudige en rustige manier?

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen

Ouderen

18+

ma 25.09.2023 - ma 24.06.2024
op maandag van 14.45 u. tot 15.45 u. (semi-gevorderden)
op maandag van 13.30 u. tot 14.30 u. (starters)

VGC-sportzaal Comenius, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg

VGC-sportdienst
02 563 05 14
sportdienst@vgc.be

Tai chi chuan / Qi gong senioren



Tai chi en qi gong bestaan uit een reeks langzame en regelmatige bewegingen, die steunen op de ademhaling. Je verbetert zo je spiertonus en je evenwicht.

€ 50

Volwassenen

50+

di 12.09.2023 - di 25.06.2024
van 12.09.2023 tot 25.06.2024 om 0.00 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/)

Tai chi (beginners)

Breng je energie (chi) in harmonie (tai) dankzij deze oude Chinese bewegingskunst.

€ 6

Volwassenen

18+

di 05.09.2023 - di 25.06.2024
op 5.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 26.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 3.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 10.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 17.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 24.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 7.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 14.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 5.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 16.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 23.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 30.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 6.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 20.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 27.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 5.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 26.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 16.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 23.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 30.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 7.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 14.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 4.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 11.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 18.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 25.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 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)

Tai chi (gevorderden)

Breng je energie (chi) in harmonie (tai) dankzij deze oude Chinese bewegingskunst.

€ 6

Volwassenen

18+

di 05.09.2023 - di 25.06.2024
op 5.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 12.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 19.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.
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 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.
op 18.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.
op 25.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 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)

tai chi ochtendcursus VJ 24



Tai Chi & Qi Gong met Barbara Roman

€ 100

Volwassenen

18+

wo 07.02.2024 - wo 26.06.2024
op 7.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 14.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 21.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 13.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 20.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 27.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 3.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 10.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 17.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 24.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 15.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 22.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 29.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 5.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 12.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 19.06.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 26.06.2024 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/)

tai chi avondcursus 1



Tai Chi & Qi Gong met Barbara Roman

€ 100

Volwassenen

18+

do 01.02.2024 - do 27.06.2024
op 1.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 8.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 15.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 22.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 14.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 4.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 11.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 18.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 25.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 16.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 23.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 30.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 6.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 13.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 20.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 27.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 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/)

tai chi avondcursus 2



Tai chi en Qi Gong met Barbara Roman

€ 100

Volwassenen

18+

do 01.02.2024 - do 27.06.2024
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 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 4.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 11.04.2024 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 16.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 23.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 6.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 13.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 20.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 27.06.2024 van 19.15 u. tot 20.15 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/)

Tai Chi Chuan



Tai chi chuan is een traditionele Chinese gevechtskunst. Het combineert choreografische passen met zelfverdedigingstechnieken.

€ 290

Volwassenen

18+

ma 11.09.2023 - vr 28.06.2024
van 11.09.2023 tot 24.06.2024 om 0.00 u.
van 15.09.2023 tot 28.06.2024 om 0.00 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/)

Kungfu kids



Wil je je kind kennis laten maken met kungfu? We werken aan balans, coördinatie en concentratie. Via deze gevechtskunst krijgt je kind meer zelfvertrouwen.

€ 250

Jongeren (12-18)
Kinderen (6-12)
8
- 16 jaar

ma 11.09.2023 - vr 28.06.2024
van 11.09.2023 tot 24.06.2024 om 0.00 u.
van 15.09.2023 tot 28.06.2024 om 0.00 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/)

Kungfu Chang



Aan de basis van alle gevechtskunsten ligt de Shaolin Chuan Kungfu, die alle waarden voor een evenwichtig leven verenigt.

€ 290

Volwassenen
18+

ma 11.09.2023 - vr 28.06.2024
van 11.09.2023 tot 24.06.2024 om 0.00 u.
van 15.09.2023 tot 28.06.2024 om 0.00 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/)

pilates 2



Pilates met Olivia Olbrechts

€ 100

Volwassenen

18+

vr 02.02.2024 - vr 28.06.2024
op 2.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 9.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 16.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 23.02.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 8.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 15.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 22.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 29.03.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 19.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 26.04.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 3.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 17.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 24.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 31.05.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 7.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 14.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 21.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.
op 28.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 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/)

pilates 1



Pilates met Olivia Olbrechts

€ 100

Volwassenen

18+

vr 02.02.2024 - vr 28.06.2024
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 16.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 23.02.2024 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 14.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 21.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.
op 28.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 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/)

Beweging en balans



Werk aan je balans, soepelheid, spierversterking en ademhaling. De lessen zijn een combinatie van yoga en taï chi.

€ 90

Volwassenen
Ouderen
18
- 99 jaar

zo 17.09.2023 - zo 30.06.2024
op 17.09.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 24.09.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 1.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 8.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 15.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 22.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 29.10.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 19.11.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 26.11.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 3.12.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 10.12.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 17.12.2023 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 21.01.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 28.01.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 4.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 11.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 18.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 25.02.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 3.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 10.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 17.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 24.03.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 21.04.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 28.04.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 5.05.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 26.05.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 2.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 9.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 16.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 23.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.
op 30.06.2024 van 9.30 u. tot 10.30 u.

Gemeenschapscentrum De Zeyp vzw, Zeypstraat 47, 1083 Ganshoren

GC De Zeyp
02 422 00 11
dezeyp@vgc.be
http://www.dezeyp.be (http://www.dezeyp.be)

Torbal Vige Halle



Torbal is een balsport die in teamverband wordt beoefend en is ontwikkeld voor mensen met een visuele handicap.

6
- 64 jaar

op woensdag van 17.30 u. tot 19.15 u.

Sportzaal Gota, Kluisstraat 1, 1500 Halle

VI GE Halle
02 662 12 28 0475 84 14 60
vigehalle@gmail.com

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
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)