

Op 28-04-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Tai chi, Hockey"

Stadskriebels

Stadskriebels, hét sportfeest voor jong en oud!

Gratis

Baby's (0-1,5)

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

1+

 zo 05.05.2024

van 11.00 u. tot 18.00 u.

 Tour en Taxis, Havenlaan 86, 1000 Brussel

 VGC-sportdienst

02 563 05 14

sportdienst@vgc.be

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



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](tel:027759200)

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](tel:025630514)

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 gevechtstekunst. 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 gevechtssport 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 gevechtssporten 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/>)



Qi gong

Met de rustige, meditatieve bewegingen van Qi gong breng je je lichaam en geest in balans. Je werkt aan je houding, ademhaling, kracht en lenigheid.

€ 60

Volwassenen

50+



vr 19.04.2024 - vr 28.06.2024

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 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

Beweging en balans

Werk aan je balans, soepelheid, spierversterking en ademhaling. De lessen zijn een combinatie van yoga en tai 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>)



Growing by hockey -Noordpoolcentrum

We zorgen ervoor dat hockey laagdrempelig wordt bij jou in de buurt en leren de basisbewegingen, organiseren spelletjes en wedstrijden. We maken ook van d

100 euro per semester-preferentieel tarief van 40 euro afhankelijk van ziekenfondscode en 10% korting voor tweede gezinslid

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

6

- 18 jaar

 op maandag van 18.00 u. tot 19.00 u.

 Noordpoolcentrum, Antwerpsesteenweg 208, 1000 Brussel

 Growing by hockey vzw

0476 21 83 95

growingbyhockey@gmail.com

Growing by hockey - Gc Nekkersdal

We zorgen ervoor dat hockey laagdrempelig wordt bij jou in de buurt en leren de basisbewegingen, organiseren spelletjes en wedstrijden. We maken ook van d

100 euro per semester-preferentieel tarief van 40 euro afhankelijk van ziekenfondscode en 10% korting voor tweede gezinslid

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

6

- 18 jaar

 op dinsdag van 16.00 u. tot 18.00 u.

 Gemeenschapscentrum Nekkersdal, Emile Bockstaellaan 107, 1020 Laken

 Growing by hockey vzw

0476 21 83 95

growingbyhockey@gmail.com

Growing by hockey - GC Nova

We zorgen ervoor dat hockey laagdrempelig wordt bij jou in de buurt en leren de basisbewegingen, organiseren spelletjes en wedstrijden. We maken ook van d

100 euro per semester-preferentieel tarief van 40 euro afhankelijk van ziekenfondscode en 10% korting voor tweede gezinslid

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

6

- 18 jaar

 op vrijdag van 17.00 u. tot 19.00 u.

 growing by hockey, Peter Benoitplein 22, 1120 Neder-Over-Heembeek

 Growing by hockey vzw

0476 21 83 95

growingbyhockey@gmail.com

Growing by hockey- Molenbeek

We zorgen ervoor dat hockey laagdrempelig wordt bij jou in de buurt en leren de basisbewegingen, organiseren spelletjes en wedstrijden. We maken ook van d

100 euro per semester-preferentieel tarief van 40 euro afhankelijk van ziekenfondscodes en 10% korting voor tweede gezinslid

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

Kleuters (2,5-6)

2

- 18 jaar

 op woensdag van 15.30 u. tot 17.00 u.

 Louis Nameche complex, Van Kalckstraat 93, 1080 Sint-Jans-Molenbeek

 Growing by hockey vzw

0476 21 83 95

growingbyhockey@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. Paspertoe 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/>)

Growing by hockey- Vorst

We zorgen ervoor dat hockey laagdrempelig wordt bij jou in de buurt en leren de basisbewegingen, organiseren spelletjes en wedstrijden. We maken ook van d

100 euro per semester-preferentieel tarief van 40 euro afhankelijk van ziekenfondscodes en 10% korting voor tweede gezinslid

Jongeren (12-18)

Kinderen (6-12)

6

- 18 jaar

 op donderdag van 17.00 u. tot 18.00 u.

 Ecole du Bempt, Chaussée de Neerstalle 317, 1190 Vorst

 Growing by hockey vzw

0476 21 83 95

growingbyhockey@gmail.com

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>)