Sport in Brussel

Meer activiteiten vind je op www.sportinbrussel.be

Op 29-03-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.sportinbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "Andere gemeenten, Neder-Over-Heembeek"

---

ademsessie: 'de kracht van ademhalen'

Voor een diepgaande uitleg over de werking van je ademhaling en bijbehorende oefeningen die je ook thuis kunt voortzetten.

€ 25

Volwassenen

18+

vr 29.03.2024
van 19.00 u. tot 22.15 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
https://www.mylifehealing.be/nl/events (https://www.mylifehealing.be/nl/events)

Early bird Pilates



Met eenvoudige maar effectieve oefeningen train je je hele lichaam.

€ 70

Volwassenen

18+

ma 18.09.2023 - ma 13.05.2024
op 18.09.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 2.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 9.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 16.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 23.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 6.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 13.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 20.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 27.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 4.12.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 11.12.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 18.12.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 8.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 15.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 22.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
op 29.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.
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.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
http://www.nohva.be (http://www.nohva.be)

Hatha Flow Yoga



Hatha Flow Yoga is een yogales waar de houdingen in een bepaalde serie op elkaar volgen.

€ 120

Volwassenen

18+

do 28.09.2023 - do 16.05.2024
op 28.09.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 5.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 12.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 19.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 26.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 9.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 16.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 23.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 30.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 7.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 14.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 21.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 11.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 18.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 25.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 1.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 8.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 22.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 29.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 7.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 14.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 21.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 28.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 18.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 25.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 2.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 9.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.
op 16.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
https://www.mylifehealing.be/ (https://www.mylifehealing.be/)

Yogadans



Een unieke combinatie van yoga, beweging, ademhaling en dans.

€ 120

Volwassenen

18+

do 28.09.2023 - do 16.05.2024
op 28.09.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 5.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 12.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 19.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 26.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 9.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 16.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 23.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 30.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 7.12.2023 van 19.30 u. tot 20.30 u.
op 14.12.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 21.12.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 11.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 18.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 25.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
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 29.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 7.03.2024 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 18.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 25.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 2.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 9.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.
op 16.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
https://www.mylifehealing.be/ (https://www.mylifehealing.be/)

Zaalhockey



Hockey is een fantastische teamsport voor jongens & meisjes! De lessen zijn in het Nederlands.

€ 150

Kinderen (6-12)
Kleuters (2,5-6)
6
- 12 jaar

vr 29.09.2023 - vr 17.05.2024
op 29.09.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 6.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 13.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 20.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 27.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 10.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 17.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 24.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 1.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 8.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 15.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 22.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 12.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 19.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 26.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 2.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 9.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 23.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 1.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 8.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 15.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 22.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 29.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 19.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 26.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 3.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 10.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.
op 17.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
https://www.facebook.com/growingbyhockey (https://www.facebook.com/growingbyhockey)

Multisport maxi



Train de motoriek van je kind.

€ 80

Kinderen (6-12)
Kleuters (2,5-6)
5
- 7 jaar

za 30.09.2023 - za 18.05.2024
op 30.09.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 7.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 14.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 21.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 28.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 18.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 25.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 2.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 9.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 16.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 13.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 20.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 27.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 3.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 10.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 24.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 2.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 9.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 16.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 23.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 30.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 20.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 27.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 4.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 11.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.
op 18.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
http://www.nohva.be (http://www.nohva.be)

Multisport mini



Train de motoriek van je kleuter.

€ 80

Kleuters (2,5-6)

3

- 4 jaar

za 30.09.2023 - za 18.05.2024
op 30.09.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 7.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 14.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 21.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 28.10.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 18.11.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 25.11.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 2.12.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 9.12.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 16.12.2023 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 13.01.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 20.01.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 27.01.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 3.02.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 10.02.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 24.02.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 2.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 9.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 16.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 23.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 30.03.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 20.04.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 27.04.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 4.05.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 11.05.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.
op 18.05.2024 van 10.30 u. tot 11.20 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
http://www.nohva.be (http://www.nohva.be)

Sport met (groot)ouders



(Groot)ouder(s) verkennen samen met hun (klein)kind het plezier van bewegen.

€ 4

Kleuters (2,5-6)

Peuters (1,5-2,5)

2

- 3 jaar

za 30.09.2023 - za 18.05.2024
op 30.09.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 7.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 14.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 21.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 28.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 18.11.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 25.11.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 2.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 9.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 16.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 13.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 20.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 27.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 3.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 10.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 24.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 2.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 9.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 16.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 23.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 30.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 20.04.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 27.04.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 4.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 11.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.
op 18.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
http://www.nohva.be (http://www.nohva.be)

Aquagym - GOLDkaart



Bewegen in het water: het is een van de beste manieren om reuma en artrose te voorkomen en om spieren en gewrichten soepel te maken.

€ 35 (voor een GOLD-kaart)

Volwassenen
Ouderen
18+

ma 25.09.2023 - ma 24.06.2024
op maandag van 16.00 u. tot 17.00 u.

Zwembad Neder-Over-Heembeek, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

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

Urban Dance



Urban Dance en choreo lessen.

€ 83

Jongeren (12-18)
Volwassenen
13+

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.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/ (https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/)

Hedendaagse Dans



Hedendaags danslessen

€ 83

Volwassenen

18+

wo 06.09.2023 - wo 26.06.2024
op 6.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 13.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 20.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 27.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 4.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 11.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 18.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 25.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 8.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 22.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 29.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 6.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 13.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 20.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 10.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 17.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 24.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 31.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 7.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 21.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 28.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 6.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 13.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 20.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 27.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 17.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 24.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 8.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 15.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 22.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 29.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 5.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 12.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 19.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.
op 26.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.

Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek

GC Nohva
02 268 20 82
gcnohva@vgc.be
https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/ (https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/)

Danslessen voor kinderen

Danslessen voor kinderen van 4 tot 12 jaar.

€ 83

Kinderen (6-12)
Kleuters (2,5-6)
4
- 12 jaar

vr 01.09.2023 - zo 30.06.2024
(voor informatie over de uren, kijk op www.hoofdstedelijkeacademie.be)

Hoofdstedelijke Kunstacademie (Peter Benoitschool), Driegatenstraat 2, 1120 Neder-Over-Heembeek

Hoofdstedelijke Kunstacademie Brussel
02 279 57 12
academie@brucity.education
http://www.hoofdstedelijkeacademie.be/ (http://www.hoofdstedelijkeacademie.be/)

Hedendaagse dans voor jongeren

Hedendaagse dans voor jongeren vanaf 12 jaar met mogelijkheid om stijlen te mixen (met urban dans).

€ 83

Jongeren (12-18)
12
- 18 jaar

vr 01.09.2023 - zo 30.06.2024
(voor informatie over de uren, kijk op www.hoofdstedelijkeacademie.be)

Hoofdstedelijke Kunstacademie (GC Nohva), Peter Benoitplein 22, 1120 Neder-Over-Heembeek

Hoofdstedelijke Kunstacademie Brussel
02 279 57 12
academie@brucity.education
http://www.hoofdstedelijkeacademie.be/ (http://www.hoofdstedelijkeacademie.be/)

Urban dans voor jongeren

Urban dans voor jongeren vanaf 12 jaar met mogelijkheid om stijlen te mixen (met hedendaagse dans).

€ 83

Jongeren (12-18)
12
- 18 jaar

vr 01.09.2023 - zo 30.06.2024
(voor informatie over de uren, kijk op www.hoofdstedelijkeacademie.be)

Hoofdstedelijke Kunstacademie (GC Nohva), Peter Benoitplein 22, 1120 Neder-Over-Heembeek

Hoofdstedelijke Kunstacademie Brussel
02 279 57 12
academie@brucity.education
http://www.hoofdstedelijkeacademie.be/ (http://www.hoofdstedelijkeacademie.be/)

G-Zwemmen BOAS NOH

BOAS biedt mensen met eender welke beperking de mogelijkheid om zwemplezier te beleven en wil hen motiveren om te sporten. Een aanbod voor alle leeftijden, m

Iedereen kan 3 gratis proeflessen volgen.

Jongeren (12-18)
Volwassenen
Kinderen (6-12)
Ouderen
6
- 64 jaar

op woensdag van 17.00 tot 18.00 u.

BE OPTIMAL IN ACTION @ SPORT VZW, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

vzw Be Optimal in Action @ Sports - BOAS
0470 11 11 58
communicatie@boasvzw.be
http://www.facebook.com/boasvzw.be (http://www.facebook.com/boasvzw.be)

Biljart Familia

Wij biljarten in " 't Hiembeiks Kotteer" (Familia), Frans Vekemanssstraat 131 te 1120 Brussel (Neder-over-Heembeek).

Wij zijn een dynamische biljar

Volwassenen
Ouderen
20+

op maandag van 20.00 tot 23.00 u.
op woensdag van 20.00 tot 23.00 u.
op donderdag van 20.00 tot 23.30 u.
op vrijdag van 20.00 tot 23.00 u.

Biljart Club Familia, Frans Vekemansstraat 131, 1120 Neder-Over-Heembeek

Biljart Club Familia
0477 32 02 91
eddy.christine@skynet.be
http://www.bcnoh.be/ (http://www.bcnoh.be/)

Zwemmen De Durvers

De Durvers zijn een Nederlandstalige, Brusselse recreatieve zwemclub voor zwemmers (+ 16 jaar) die op eigen tempo baantjes willen trekken. Waag met hen een s

Jongeren (12-18)
Volwassenen
11
- 50 jaar

op woensdag van 19.00 tot 20.00 u.

De Durvers vzw, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

Zwemclub De Durvers vzw
0473 52 71 11
damienne.tant@gmail.com
https://www.facebook.com/VZW-Zwemclub-De-Durvers-106683010714928 (https://www.facebook.com/VZW-Zwemclub-De-Durvers-106683010714928)

Schietsport Koninklijke Vrolijke Kruisboogschutters

Kruisboogschieten en schieten met een airsoftgeweer. Een airsoft-pistool is een licht en ongevaarlijk airsoft geweer, waarmee de veiligheidsprocedures met he

Jongeren (12-18)
Volwassenen
Ouderen
16+

op dinsdag van 19.00 tot 22.00 u.

Vrolijke Kruisboogschutters, Oorlogskruisenlaan 1, 1120 Neder-Over-Heembeek

Vrolijke Kruisboogschutters
02 268 45 01 0474 22 70 00
evandenbreen@proximus.be

Jiu Jitsu Budo Jiunoh



Jiu jitsu is een verdedigingssysteem dat beroep doet op klemmen, slagen en worpen om een tegenstander te overmeesteren.

Jongeren (12-18)
Volwassenen
Ouderen
11
- 64 jaar

op maandag van 0.00 u.
op vrijdag van 17.00 tot 18.30 u.

BUDO JIUNOH vzw, Lombardsijdestraat 120, 1120 Neder-Over-Heembeek

Budo JiuNOH vzw
0476 35 81 79
marc.degreef2@telenet.be
https://www.jiunoh.be (https://www.jiunoh.be)

Joggen in Park Drie Fonteinen (Vilvoorde)



Loop met Les Gazelles & Fedasil Neder-Over-Heembeek in het park Drie Fonteinen.

Gratis

Jongeren (12-18)
Volwassenen
Ouderen
16+

op maandag van 14.00 u. tot 15.30 u.

Les Gazelles de Bruxelles vzw, Bruynstraat 11, 1120 Neder-Over-Heembeek

Les Gazelles De Bruxelles vzw
02 430 25 68 0479 42 78 10
info@gazelles.org
http://www.lesgazellesdebruxelles.be (http://www.lesgazellesdebruxelles.be)

G-zeilen zeilclub WSKLuM

Zeilen is een zeer geschikte sport voor vrijwel iedereen met een beperking, omdat het zittend wordt uitgevoerd en tal van aanpassingen aan de boot mogelijk z

99+

op zondag van 10.00 tot 16.00 u.

Zeilclub WSKLuM, Havendoklaan 2, 1800 Peutie

Zeilclub WSKLuM vzw
0476 07 37 81
info@wsklumvilvoorde.be
http://www.wsklumvilvoorde.be (http://www.wsklumvilvoorde.be)

G-Voetbal 't Vosje

Voetbal voor personen met een mentale beperking, zowel recreatief als competitief.

(Zaterdag) van 10:30 tot 11:45 (Tweewekelijks)

99+

op zaterdag van 10.30 tot 11.45 u.

't Vosje vzw, Brusselsesteenweg 73, 1800 Peutie

't Vosje vzw
02 269 18 17
secretariaat@tvosje.be
http://www.tvosje.be (http://www.tvosje.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

G-Boccia Friends & Scream United (Halle)

Boccia is een paralympische sport die erg lijkt op pétanque en die individueel of in ploeg wordt gespeeld. Boccia wordt gespeeld met gekleurde, ledere

Jongeren (12-18)

Volwassenen

Kinderen (6-12)

6

- 19 jaar

op zondag van 15.00 tot 16.00 u.

Friends & Scream United vzw, Monseigneur Senciestraat 13, 1500 Halle

Friends & Scream United vzw
0474 56 46 11
marc.peeters@naturalsciences.be
http://www.frisseclub.be (http://www.frisseclub.be)

G-Zwemmen Friends & Scream United (Halle)

Zwemmen voor personen met een verstandelijke, fysieke, auditieve of psychische beperking en voor personen met autismespectrumstoornis. Voor personen die moei

Jongeren (12-18)
Volwassenen
Kinderen (6-12)
6
- 50 jaar

op maandag van 18.00 tot 20.00 u.

Friends & Scream United vzw, Nederhem 35, 1500 Halle

Friends & Scream United vzw
0474 56 46 11
marc.peeters@naturalsciences.be
http://www.frisseclub.be (http://www.frisseclub.be)