



Jong in Brussel

Meer activiteiten vind je op www.jonginbrussel.be

Op 13-05-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.jonginbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "'s Avonds, Vorming, Sport"

Roundnet Wolves Brussels

Roundnet is een sport waarbij twee teams van twee spelers strijden om een set rond een laaggespannen net.

€ 150

18-30 jaar

18+



ma 02.10.2023 - ma 13.05.2024

op 2.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 9.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 16.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 23.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 6.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 13.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 20.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 27.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 4.12.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 11.12.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 18.12.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 8.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 15.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 22.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 29.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 5.02.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 19.02.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 26.02.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 4.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 11.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 18.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 25.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 15.04.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 22.04.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 29.04.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 6.05.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

op 13.05.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

[02 734 84 43](tel:027348443)

demaalbeek@vgc.be

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

Online infoavond sport.brussels

Leer hoe je jouw sportaanbod bekend kan maken via deze databank.

Gratis

16+

ma 13.05.2024
vanaf 20.00 u.

VGC-sportdienst, Emile Jacqmainlaan 135, 1000 Brussel

VGC-sportdienst
02 563 05 14
sportdienst@vgc.be
<http://www.sportinbrussel.be> (<http://www.sportinbrussel.be>)



Roundnet

Roundnet is de opkomende sport van het moment. Twee teams van twee spelers strijden om een "set" met een laaggespannen net.

€ 150

18-30 jaar

18+

ma 02.10.2023 - ma 13.05.2024
op 2.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 9.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 16.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 23.10.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 6.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 13.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 20.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 27.11.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 4.12.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 11.12.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 18.12.2023 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 8.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 15.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 22.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 29.01.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 5.02.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 19.02.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 26.02.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 4.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 11.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 18.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 25.03.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 15.04.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 22.04.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 29.04.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 6.05.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.
op 13.05.2024 van 20.30 u. tot 22.30 u.

Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

GC De Maalbeek
02 734 84 43
demaalbeek@vgc.be
<http://www.demaalbeek.be> (<http://www.demaalbeek.be>)



Luchtkwaliteit Atelier Qualité De l'Air

Ontdek hoe je de luchtkwaliteit in jouw wijk meet.

Gratis

18-30 jaar

18+



di 14.05.2024

van 20.00 u. tot 21.00 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>)



Start 2 run

Van 0 naar 5 km lopen in 10 weken? Doe je dat liever in groep? Tijdens deze trainingen krijg je motiverende tips en schema's op jouw niveau.

30 €

12-18 jaar

18-30 jaar

0+

Personen met beperking

📅 wo 13.03.2024 - wo 15.05.2024
op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u.

📍 Boudewijnpark, Wemmelse Steenweg 285, 1090 Jette

📞 KWB Laken - Jette
[02 476 07 39](tel:024760739)
rita42tielt@gmail.com
<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



Keep on running (5 - 8 km)

Wil je meer dan 5 km lopen? Van 5 km naar 8 km.

30 €

12-18 jaar

18-30 jaar

0+

Personen met beperking

📅 wo 13.03.2024 - wo 15.05.2024
op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u.

📍 Boudewijnpark, Wemmelse Steenweg 285, 1090 Jette

📞 KWB Laken - Jette
[02 476 07 39](tel:024760739)
rita42tielt@gmail.com
<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



Keep on running (8- 12 km)

We mikken op de 20 km van Brussel.

30 €

12-18 jaar

18-30 jaar

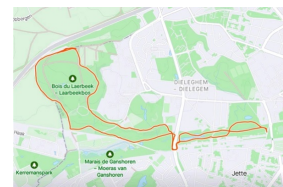
0+

Personen met beperking

📅 wo 13.03.2024 - wo 15.05.2024
op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u.

📍 Boudewijnpark, Wemmelse Steenweg 285, 1090 Jette

📞 KWB Laken - Jette
[02 476 07 39](tel:024760739)
rita42tielt@gmail.com
<http://www.kwb.be/laken-jette> (<http://www.kwb.be/laken-jette>)



Hatha Flow Yoga

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

€ 120

18-30 jaar

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

18-30 jaar

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

6-12 jaar

3-6 jaar

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>)



Leef bewust: Salads in a jar

Kies jij voor je lunch op het werk of onderweg ook graag voor een gezond slaatje? Dan is een salade "on the go" een leuke en handige variant.

€ 8

18-30 jaar

18+

📅 di 21.05.2024

van 19.30 u. tot 21.30 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/>)



© Lut Martien

Online infoavond sport.brussels

Leer hoe je jouw sportaanbod bekend kan maken via deze databank.

Gratis

16+

📅 di 21.05.2024

vanaf 20.00 u.

📍 VGC-sportdienst, Emile Jacqmainlaan 135, 1000 Brussel

📞 VGC-sportdienst
02 563 05 14
sportdienst@vgc.be
<http://www.sportinbrussel.be> (<http://www.sportinbrussel.be>)



Parkour 12-14 jaar

In deze les oefen je parkour in onze parkourhal.

Gratis

12-18 jaar

6-12 jaar

12

- 14 jaar



do 28.09.2023 - do 23.05.2024

op 28.09.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 5.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 12.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 19.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 26.10.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 9.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 16.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 23.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 30.11.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 7.12.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 14.12.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 21.12.2023 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 11.01.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 18.01.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 25.01.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 1.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 8.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 22.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 29.02.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 7.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 14.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 21.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 28.03.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 18.04.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 25.04.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 2.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 9.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 16.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 u.

op 23.05.2024 van 17.30 u. tot 19.00 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>)



Beweging & Balans (proefles)

Kom gratis een les Beweging & Balans uittesten, en laat ons weten of we deze cursus in ons aanbod moeten opnemen.

Gratis

18-30 jaar

18

- 99 jaar



do 23.05.2024

van 18.00 u. tot 18.45 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>)



ademssessie: 'de kracht van jouw adem'

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

€ 25

18-30 jaar

18+



vr 24.05.2024

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/nl/workshops> (<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops>)

Pilates

Pilates is een uitgebreid systeem van oefeningen die gericht zijn op het in evenwicht brengen van het lichaam.

€ 80

18-30 jaar

18+



ma 15.01.2024 - ma 27.05.2024

op 15.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 22.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 29.01.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 5.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 19.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 26.02.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 4.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 11.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 18.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 25.03.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 15.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 22.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 29.04.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 6.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 13.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.

op 27.05.2024 van 20.00 u. tot 21.00 u.



Comeniussite, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



GC De Platoo

02 412 00 50

deplatoo@vgc.be

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



© /

Bootcamp

Bootcamp is van oorsprong een workout gebaseerd op de manier waarop soldaten worden getraind in het leger.

€ 80

18-30 jaar

18+



ma 15.01.2024 - ma 27.05.2024

op 15.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 5.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 19.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 26.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 4.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 11.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 18.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 25.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 15.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 22.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 29.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 6.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 13.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.

op 27.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.



Comeniussite, Dapperenstraat 20, 1081 Koekelberg



GC De Platoo

02 412 00 50

deplatoo@vgc.be

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



© /

Open training parkour 14 jaar+

Kom trainen in onze indoor parkourhal!

Gratis

18-30 jaar

18+



di 26.09.2023 - di 28.05.2024

op 26.09.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 3.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 10.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 17.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 24.10.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 7.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 14.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 21.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 28.11.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 5.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 12.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 19.12.2023 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 2.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 9.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 16.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 23.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 30.01.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 6.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 20.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 27.02.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 5.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 12.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 19.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 26.03.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 16.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 23.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 30.04.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 7.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 14.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 21.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 u.

op 28.05.2024 van 20.00 u. tot 22.00 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>)



Circus 1e graad

Spelend verkennen we de circuswereld!

Je leert samenwerken, jezelf creatief uitdrukken en je krijgt de kans om op eigen niveau circustrucs in te oefenen.

€ 120

6-12 jaar

3-6 jaar

6

- 7 jaar



© circus zonder handen



di 03.10.2023 - di 28.05.2024

op 3.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 10.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 17.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 24.10.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 7.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 14.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 21.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 28.11.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 5.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 12.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 19.12.2023 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 9.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 16.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 23.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 30.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 6.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 20.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 27.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 5.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 12.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 19.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 26.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 16.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 23.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 30.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 7.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 14.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 21.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.
op 28.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.



Gemeenschapscentrum De Rinck vzw, Dapperheidsplein 7, 1070 Anderlecht



GC De Rinck

02 524 32 35

derinck@vgc.be

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

Freerunning - Parkour

Parkour of Freerunning is een discipline waar je je lichaam gebruikt om obstakels te overwinnen en zelfopgelegde uitdaging te halen. Er zijn vaak tal van manieren



€ 190

12-18 jaar

18-30 jaar

10+



di 26.09.2023 - di 28.05.2024

op maandag van 17.30 u. tot 19.00 u.

op dinsdag van 16.00 u. tot 17.30 u.



Urban Center Brussel, De Lengentierstraat 20, 1000 Brussel



Urban Center Brussel

0477 96 63 63

urbancenterbrussel@gmail.com

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

Hockey 9-11 jaar semester 2

Hockey voor beginners, onder begeleiding van jongeren uit de buurt.

€ 125

6-12 jaar

9

- 11 jaar



di 09.01.2024 - di 28.05.2024

op 9.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 16.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 23.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 30.01.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 6.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 20.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 27.02.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 5.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 12.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 19.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 26.03.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 16.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 23.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 30.04.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 7.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 14.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 21.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 u.

op 28.05.2024 van 17.00 u. tot 18.00 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>)



© Growing By Hockey

Minibasket 10-11 jaar semester 2

Botsen, dribbelen, werpen, mikken en passen voor beginnende basketters.

€ 65

6-12 jaar

10

- 11 jaar



wo 10.01.2024 - wo 29.05.2024

op 10.01.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 17.01.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 24.01.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 31.01.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 7.02.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 21.02.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 28.02.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 6.03.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 13.03.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 20.03.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 27.03.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 17.04.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 24.04.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 8.05.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 15.05.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 22.05.2024 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 29.05.2024 van 19.30 u. tot 20.30 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>)

Minibasket 6-7 jaar semester 2

Botsen, dribbelen, werpen, mikken en passen voor beginnende basketters.

€ 65

6-12 jaar

3-6 jaar

6

- 7 jaar



wo 10.01.2024 - wo 29.05.2024

op 10.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 17.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 24.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 31.01.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 7.02.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 21.02.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 28.02.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 6.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 13.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 20.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 27.03.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 17.04.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 24.04.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 8.05.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 15.05.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 22.05.2024 van 17.30 u. tot 18.30 u.

op 29.05.2024 van 17.30 u. tot 18.30 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>)



Minibasket 8-9 jaar semester 2

Botsen, dribbelen, werpen, mikken en passen voor beginnende basketters.

€ 65

6-12 jaar

8

- 9 jaar



wo 10.01.2024 - wo 29.05.2024

op 10.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 17.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 24.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 31.01.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 7.02.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 21.02.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 28.02.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 6.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 13.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 20.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 27.03.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 17.04.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 24.04.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 8.05.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 15.05.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 22.05.2024 van 18.30 u. tot 19.30 u.

op 29.05.2024 van 18.30 u. tot 19.30 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)



Breaking Gevorderden (6-12 jaar)

De dans heeft een veel verschillende soorten bewegingen, grofweg ingedeeld in top rocks (staand dansen), footworks (vanuit gehurkte positie), powermoves en free

€ 150

12-18 jaar

6-12 jaar

6

- 18 jaar



do 28.09.2023 - do 30.05.2024

op donderdag van 18.00 u. tot 19.00 u.

op zaterdag van 15.00 u. tot 16.00 u.



Urban Center Brussel, De Lengentierstraat 20, 1000 Brussel



Urban Center Brussel

0477 96 63 63

urbancenterbrussel@gmail.com

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

