



Jong in Brussel

Meer activiteiten vind je op www.jonginbrussel.be

Op 29-04-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.jonginbrussel.be/activiteiten

Je filterde op: "In de week, Sport"

Early bird Pilates

Met eenvoudige maar effectieve oefeningen train je je hele lichaam.

€ 70

18-30 jaar

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](tel:022682082)

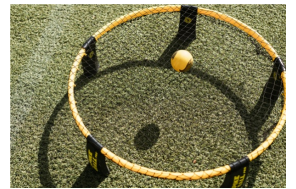
gcnohva@vgc.be

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

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

demaalbeek@vgc.be

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

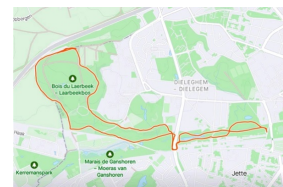
0+

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>)



Multimove

Multimove prikkelt en bevordert de motorische vaardigheden van je kind.

€ 125

6-12 jaar

3-6 jaar

4

- 6 jaar



di 26.09.2023 - di 21.05.2024

op 26.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 3.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 10.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 17.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 24.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 28.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.



Gemeenschapscentrum Everna vzw, Sint-Vincentiusstraat 30, 1140 Evere



GC Everna

02 247 03 40

everna@vgc.be

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



© Selma Pasalic

Fietslessen voor beginners

Fietslessen voor beginners

€ 48

18-30 jaar

18+



di 30.04.2024 - di 21.05.2024

op 30.04.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 2.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 7.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 14.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 16.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

op 21.05.2024 van 9.30 u. tot 11.30 u.

📍 GC De Vaartkapoen vzw, Sint-Jozefstraat 14, 1080 Sint-Jans-Molenbeek



GC De Vaartkapoen

02 413 04 10

devaartkapoen@vgc.be

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



Fitfabriek (6-10jaar): januari-mei

Onze fitfabriek draait op volle toeren! Samen gaan we op sportief avontuur.

€ 55

6-12 jaar

3-6 jaar

6

- 10 jaar



wo 17.01.2024 - wo 22.05.2024

op 17.01.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 24.01.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 31.01.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 7.02.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 21.02.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 28.02.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 6.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 13.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 20.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 27.03.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 17.04.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 24.04.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 8.05.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 15.05.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

op 22.05.2024 van 13.30 u. tot 16.00 u.

📍 Gemeenschapscentrum De Kriekelaar vzw, Gallaitstraat 86, 1030 Schaarbeek



GC De Kriekelaar

02 245 75 22

dekriekelaar@vgc.be

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



© Pexels

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>)



BBJJA - JiuJitsu maandag

Ontdek de naschoolse Grappling in Sint-Gillis!

€ 90

6-12 jaar

3-6 jaar

6

- 8 jaar



ma 25.09.2023 - ma 27.05.2024

op 25.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 2.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 13.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 4.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 11.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 4.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 11.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 15.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 13.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

📍 Go! Basisschool De Balder, Merodestraat 111, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

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



Yoga

Maak kennis met de basis van yoga en verbeter je lenigheid, kracht en vitaliteit.

€ 160

18-30 jaar

18+



ma 25.09.2023 - ma 27.05.2024

op 25.09.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 2.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 9.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 16.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 23.10.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 6.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 13.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 20.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 27.11.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 4.12.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 11.12.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 18.12.2023 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 8.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 15.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 22.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 29.01.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 5.02.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 19.02.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 26.02.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 4.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 11.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 18.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 25.03.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 15.04.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 22.04.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 29.04.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 6.05.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 13.05.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.
op 27.05.2024 van 13.00 u. tot 14.15 u.



Gemeenschapscentrum Everna vzw, Sint-Vincentiusstraat 30, 1140 Evere



GC Everna

02 247 03 40

everna@vgc.be

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



© Selma Pasalic

FC Josée

FC Josée is een nieuw voetbalatelier voor kinderen van 8 tot 12 jaar.

In samenwerking met de VGC-sportdienst

€ 100

6-12 jaar

8

- 12 jaar



ma 09.10.2023 - ma 27.05.2024

op 9.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 16.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 23.10.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 6.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 13.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 20.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 27.11.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 4.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 11.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 18.12.2023 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 8.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 15.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 22.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 29.01.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 5.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 19.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 26.02.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 4.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 11.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 18.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 25.03.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 15.04.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 22.04.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 29.04.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 6.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 13.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.

op 27.05.2024 van 16.00 u. tot 18.00 u.



Salle Guy Cudell, Tweekerkenstraat 107, 1210 Sint-Joost-ten-Node



GC Ten Noey

02 217 08 82

tennoey@vgc.be

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



Freerunning/Parkour

Groep 1 16:00 - 17:30

Groep 2 17:30 - 19:00

€ 190 (Basistarief)

9

- 18 jaar



di 26.09.2023 - ma 27.05.2024

op 26.09.2023 van 16.00 u. tot 19.00 u.

op 27.05.2024 van 16.00 u. tot 19.00 u.



Urban Center Brussel, De Lengentierstraat 20, 1000 Brussel



publiq vzw

02 551 18 60

info@publiq.be

<https://www.publiq.be/> (<https://www.publiq.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 Platoon

02 412 00 50

deplatoon@vgc.be

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



© /

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 Platoon

02 412 00 50

deplatoon@vgc.be

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



© /

Minisport dinsdag

Tijdens deze lessen leert je kleuter klimmen, springen, vangen en werpen op een speelse manier.

Gratis

6-12 jaar

3-6 jaar

3

- 6 jaar



di 26.09.2023 - di 28.05.2024

op 26.09.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 3.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 10.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 17.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 24.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 7.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 14.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 21.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 28.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 5.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 12.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 19.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 9.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 16.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 23.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 30.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 6.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 20.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 27.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 5.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 12.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 19.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 26.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 16.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 23.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 30.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 7.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 14.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 21.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 28.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.



ECAM-site, Schietbaanstraat 14, 1060 Sint-Gillis



GC Pianofabriek

02 541 01 70

info@pianofabriek.be

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



Circus zonder handen

Maak kennis met de vier grote onderdelen van circus: jongleren, luchtacrobatie, grondacrobatie en evenwicht.

€ 235

6-12 jaar

3-6 jaar

6

- 11 jaar

📅 di 26.09.2023 - di 28.05.2024
van 26.09.2023 tot 28.05.2024 om 0.00 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>)



© Circus Zonder
Handen

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>)



Hockey 6-8 jaar semester 2

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

€ 125

6-12 jaar

3-6 jaar

6

- 8 jaar



di 09.01.2024 - di 28.05.2024

op 9.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 27.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 28.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 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

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

Circus voor kleuters

Tijdens deze kleuterlessen zet je kleuter de eerste stappen in de circuswereld!

€ 120

3-6 jaar

- 5 jaar - 5 jaar



di 03.10.2023 - di 28.05.2024

op 3.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 10.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 17.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 24.10.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 7.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 14.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 21.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 28.11.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 5.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 12.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 19.12.2023 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 9.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 16.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 23.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 30.01.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 6.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 20.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 27.02.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 5.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 12.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 19.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 26.03.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 16.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 23.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 30.04.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 7.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 14.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 21.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 u.
op 28.05.2024 van 15.45 u. tot 16.45 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>)



© circus zonder handen