

Op 12-05-2024 selecteerde je 14 activiteiten op www.n22.brussels/activiteiten

Je filterde op: "Sport, Sint-Lambrechts-Woluwe, Ukkel"

Beweging en spel voor kleuters

Elke zondag komen kinderen van 3 tot 5 jaar samen sporten en spelen. Goed voor de stimulering van de hersenen en de fijne motoriek.

€ 75

6-12 jaar

2,5-6 jaar

3

- 6 jaar



zo 28.01.2024 - zo 02.06.2024

op 28.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 4.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 11.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 25.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 3.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 10.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 17.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 24.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 31.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 21.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 28.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 5.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 12.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 26.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 2.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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

Full Body Workout

Deze Full Body Workout zorgt voor een strak lichaam en je hart- en longconditie verbetert!

€ 120

18+

18+



zo 28.01.2024 - zo 02.06.2024

op 28.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 4.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 11.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 25.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 10.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 17.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 24.03.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 21.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 28.04.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 5.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 12.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 26.05.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 2.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



© L.V.D.H.

Tai chi

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

€ 30

18+

18+

18+



ma 08.01.2024 - ma 10.06.2024

op 8.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 15.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 22.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 29.01.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 5.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 19.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 26.02.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 4.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 11.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 18.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 25.03.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 15.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 22.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 29.04.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 6.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 13.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 27.05.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 3.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.

op 10.06.2024 van 10.00 u. tot 11.30 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



GC Op-Weule

02 775 92 00

info@opweule.be

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



Stoelyoga

Breng je lichaam en geest in balans met stoelyoga op vrijdag. Dit is een samenwerking met Tai Chi Op-Weule en de 55+ werking van Op-Weule.



€ 30

18+

18+

18+

 NL   

NL   

NL   



vr 12.01.2024 - vr 14.06.2024

op 12.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 19.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 26.01.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

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 23.02.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 1.03.2024 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 7.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 14.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



GC Op-Weule

02 775 92 00

info@opweule.be

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

Yoga

Wil je in vorm blijven en minder stress hebben? Dan is yoga de ideale sport voor jou.

€ 75

18+

18+

 NL   

NL   

NL   

NL   



ma 15.01.2024 - ma 17.06.2024

op 15.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 22.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 29.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 5.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 19.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 26.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 4.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 11.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 18.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 25.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 15.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 22.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 29.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 6.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 13.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 27.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 3.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 10.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 17.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe

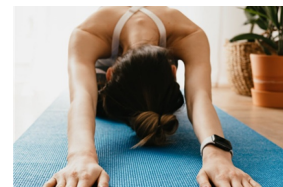


GC Op-Weule

02 775 92 00

info@opweule.be

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



BBB

Een intensieve en leuke work-out op muziek. De nadruk ligt op het verstevigen van je lichaam.

€ 75

18+

18+

NL    

NL    

NL    

NL    



wo 10.01.2024 - wo 19.06.2024

op 10.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 17.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 24.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 31.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 7.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 21.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 28.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 6.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 13.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 20.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 27.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 17.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 24.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 8.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 15.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 22.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 29.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 5.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 12.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.

op 19.06.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



GC Op-Weule

02 775 92 00

info@opweule.be

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



Yoga niveau 1

Ben je op zoek naar een ontspannende bewegingsactiviteit? Yoga vergroot je flexibiliteit, versterkt je spieren en verbetert je houding en concentratie.

€ 210

18+

18+

18+



di 16.01.2024 - di 25.06.2024

op 16.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 23.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 30.01.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 6.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 20.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 27.02.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 5.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 12.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 19.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 26.03.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 16.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 23.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 30.04.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 7.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 14.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 21.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 28.05.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 4.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 11.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 18.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.

op 25.06.2024 van 18.00 u. tot 19.30 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



© N.C.

Yoga niveau 2

Heb je al veel ervaring met yoga? Dan is deze cursus echt iets voor jou. De yogalessen zijn zowel ontspannend als versterkend.

€ 210

18+

18+

18+



di 16.01.2024 - di 25.06.2024

op 16.01.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 23.01.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 30.01.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 6.02.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 20.02.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 27.02.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 5.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 12.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 19.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 26.03.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 16.04.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 23.04.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 30.04.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 7.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 14.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 21.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 28.05.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 4.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 11.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 18.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.

op 25.06.2024 van 19.40 u. tot 21.10 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



Open pingpong - namiddag

Welkom op onze tweewekelijkse pingpong namiddag in Het Huys van 13:30 tot 17:30

Gratis

12-18 jaar

18+

Families

6+



wo 13.03.2024 - wo 26.06.2024

op 13.03.2024 van 13.30 u. tot 17.30 u.

op 27.03.2024 van 13.30 u. tot 17.30 u.

op 24.04.2024 van 13.30 u. tot 17.30 u.

op 15.05.2024 van 13.30 u. tot 17.30 u.

op 29.05.2024 van 13.30 u. tot 17.30 u.

op 12.06.2024 van 13.30 u. tot 17.30 u.

op 26.06.2024 van 13.30 u. tot 17.30 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



Open pingpong - avondsessie

Welkom op onze tweewekelijkse pingpong avond in Het Huys van 17:00 tot 20:30

Gratis

12-18 jaar

18+

13+



wo 06.03.2024 - wo 26.06.2024

op 6.03.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.

op 20.03.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.

op 17.04.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.

op 8.05.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.

op 22.05.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.

op 5.06.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.

op 19.06.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.

op 26.06.2024 van 17.00 u. tot 20.30 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



Speelweek sport en spel

Elke dag leven de kinderen zich uit met verschillende sportactiviteiten en spelletjes.

€ 75

2,5-6 jaar

3

- 5 jaar



ma 01.07.2024 - vr 05.07.2024

op 1.07.2024 van 8.30 u. tot 17.00 u.

op 2.07.2024 van 8.30 u. tot 17.00 u.

op 3.07.2024 van 8.30 u. tot 17.00 u.

op 4.07.2024 van 8.30 u. tot 17.00 u.

op 5.07.2024 van 8.30 u. tot 17.00 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



Speelweek: Mini sportkamp

Een week vol sport en beweging voor kleuters. We spelen en sporten samen met onze vriendjes. Moe gesport? Dan is het tijd voor creatieve, rustige activiteiten.

€ 85

6-12 jaar

2,5-6 jaar

3

- 6 jaar



ma 01.07.2024 - vr 05.07.2024

op 1.07.2024 van 9.00 u. tot 16.00 u.

op 2.07.2024 van 9.00 u. tot 16.00 u.

op 3.07.2024 van 9.00 u. tot 16.00 u.

op 4.07.2024 van 9.00 u. tot 16.00 u.

op 5.07.2024 van 9.00 u. tot 16.00 u.



Gemeenschapscentrum Op-Weule vzw, Sint-Lambertusstraat 91, 1200 Sint-Lambrechts-Woluwe



GC Op-Weule

02 775 92 00

info@opweule.be

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



Pilates

Werk aan je ademhaling, buik- en rugspieren met onze zomerreeks pilates!

€ 50

18+

18+

18+



zo 09.06.2024 - zo 25.08.2024

op 9.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 16.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 23.06.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 7.07.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 14.07.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 28.07.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 18.08.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.

op 25.08.2024 van 11.00 u. tot 12.00 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel



GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



Full Body Workout - Summer

Deze Full Body Workout zorgt voor een strak lichaam en je hart- en longconditie verbetert!

€ 50

18+

18+

18+



zo 09.06.2024 - zo 25.08.2024

op 9.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 16.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 23.06.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 7.07.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 14.07.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 28.07.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 18.08.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.

op 25.08.2024 van 10.00 u. tot 11.00 u.



Gemeenschapscentrum Het Huys vzw, Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel

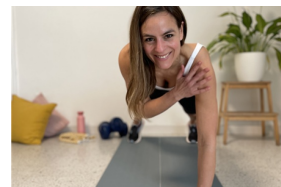


GC Het Huys

02 343 46 58

hethuys@vgc.be

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



© L.V.