

Op 03-05-2024 selecteerde je 25 activiteiten op www.demaalbeek.be/activiteiten

Finissage Window-expo Marlies Van Wielendaele

De laatste dag van de window-expo "I Guess I'm feeling blue" van Marlies Van Wielendaele.

Gratis

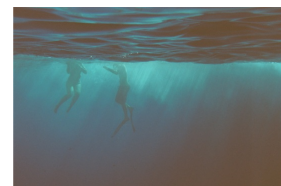
18+

18+

 vr 10.05.2024
van 17.00 u. tot 20.30 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>)



© Marlies Van
Wielendaele

Window-expo: Marlies Van Wielendaele - I Guess I'm Feeling Under The Water

Onderwaterfotografie door Marlies Van Wielendaele

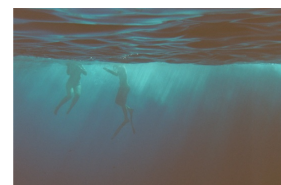
Gratis

12-18 jaar

18+

13+

 di 12.03.2024 - za 11.05.2024
van 12.03.2024 tot 13.03.2024 om 0.01 u.
van 13.03.2024 tot 14.03.2024 om 0.01 u.
van 14.03.2024 tot 15.03.2024 om 0.01 u.
van 15.03.2024 tot 16.03.2024 om 0.01 u.
van 16.03.2024 tot 17.03.2024 om 0.01 u.
van 17.03.2024 tot 18.03.2024 om 0.01 u.
van 18.03.2024 tot 19.03.2024 om 0.01 u.
van 19.03.2024 tot 20.03.2024 om 0.01 u.
van 20.03.2024 tot 21.03.2024 om 0.01 u.
van 21.03.2024 tot 22.03.2024 om 0.01 u.
van 22.03.2024 tot 23.03.2024 om 0.01 u.
van 23.03.2024 tot 24.03.2024 om 0.01 u.
van 24.03.2024 tot 25.03.2024 om 0.01 u.
van 25.03.2024 tot 26.03.2024 om 0.01 u.
van 26.03.2024 tot 27.03.2024 om 0.01 u.
van 27.03.2024 tot 28.03.2024 om 0.01 u.
van 28.03.2024 tot 29.03.2024 om 0.01 u.
van 29.03.2024 tot 30.03.2024 om 0.01 u.
van 30.03.2024 tot 31.03.2024 om 0.01 u.
van 31.03.2024 tot 1.04.2024 om 0.01 u.
van 1.04.2024 tot 2.04.2024 om 0.01 u.
van 2.04.2024 tot 3.04.2024 om 0.01 u.
van 3.04.2024 tot 4.04.2024 om 0.01 u.
van 4.04.2024 tot 5.04.2024 om 0.01 u.
van 5.04.2024 tot 6.04.2024 om 0.01 u.
van 6.04.2024 tot 7.04.2024 om 0.01 u.



© Marlies Van
Wielendaele

van 7.04.2024 tot 8.04.2024 om 0.01 u.
van 8.04.2024 tot 9.04.2024 om 0.01 u.
van 9.04.2024 tot 10.04.2024 om 0.01 u.
van 10.04.2024 tot 11.04.2024 om 0.01 u.
van 11.04.2024 tot 12.04.2024 om 0.01 u.
van 12.04.2024 tot 13.04.2024 om 0.01 u.
van 13.04.2024 tot 14.04.2024 om 0.01 u.
van 14.04.2024 tot 15.04.2024 om 0.01 u.
van 15.04.2024 tot 16.04.2024 om 0.01 u.
van 16.04.2024 tot 17.04.2024 om 0.01 u.
van 17.04.2024 tot 18.04.2024 om 0.01 u.
van 18.04.2024 tot 19.04.2024 om 0.01 u.
van 19.04.2024 tot 20.04.2024 om 0.01 u.
van 20.04.2024 tot 21.04.2024 om 0.01 u.
van 21.04.2024 tot 22.04.2024 om 0.01 u.
van 22.04.2024 tot 23.04.2024 om 0.01 u.
van 23.04.2024 tot 24.04.2024 om 0.01 u.
van 24.04.2024 tot 25.04.2024 om 0.01 u.
van 25.04.2024 tot 26.04.2024 om 0.01 u.
van 26.04.2024 tot 27.04.2024 om 0.01 u.
van 27.04.2024 tot 28.04.2024 om 0.01 u.
van 28.04.2024 tot 29.04.2024 om 0.01 u.
van 29.04.2024 tot 30.04.2024 om 0.01 u.
van 30.04.2024 tot 1.05.2024 om 0.01 u.
van 1.05.2024 tot 2.05.2024 om 0.01 u.
van 2.05.2024 tot 3.05.2024 om 0.01 u.
van 3.05.2024 tot 4.05.2024 om 0.01 u.
van 4.05.2024 tot 5.05.2024 om 0.01 u.
van 5.05.2024 tot 6.05.2024 om 0.01 u.
van 6.05.2024 tot 7.05.2024 om 0.01 u.
van 7.05.2024 tot 8.05.2024 om 0.01 u.
van 8.05.2024 tot 9.05.2024 om 0.01 u.
van 9.05.2024 tot 10.05.2024 om 0.01 u.
van 10.05.2024 tot 11.05.2024 om 0.01 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>)

Repair Café

Elke tweede zondag van de maand kan je een voorwerp dat stuk is, komen repareren. Van smartphone en koffiezet tot kledij: we zoeken voor alles een oplossing.

Gratis

18+

18+



zo 12.05.2024

van 14.00 u. tot 17.00 u.

📍 GC De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

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



JazzKET concert: Vansina Trio

Tijdens dit KET concert introduceren enkele toppers uit het vak de kinderen in de wereld van de jazz.

€ 10

6-12 jaar

2,5-6 jaar

Families

6

- 12 jaar

 zo 12.05.2024

van 9.00 u. tot 11.00 u.

 Orangerie Happark, Waversesteenweg 510, 1040 Etterbeek

 GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



© Vansina Trio

Start To Bike

Fietslessen voor de beginnende fietser.

€ 5

12-18 jaar

18+

13+

 zo 21.04.2024 - zo 12.05.2024

op 21.04.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 28.04.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 5.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

op 12.05.2024 van 10.00 u. tot 12.00 u.

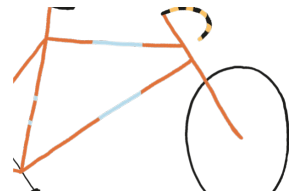
 Mahma Etterbeek, Jachtlaan 231, 1040 Etterbeek

 GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

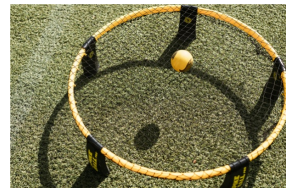
<http://www.demaalbeek.be> (<http://www.demaalbeek.be>)



© Leonard Cools

Roundnet

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



€ 150

18+

18+

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+

18+

18+

 NL   

NL   

NL   

NL   



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>)

Conversatietafels Nederlands

Spreek je al een beetje Nederlands en wil je graag oefenen? Kom dan naar de conversatietafels.

Gratis

18+

18+



 di 14.05.2024
van 17.00 u. tot 18.30 u.

 GC De Maalbeek Superette, 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>)



© Lander Loeckx

Hidden Jams - Tuinconcert: Julien Tanghe x Empty Apartments

Tuinconcert van Julien Tanghe, onder meer bekend van Jakomo, die zijn solowerk presenteert.

Gratis

18+

18+

 wo 15.05.2024
vanaf 20.00 u.

 Huiskamerconcert, Adres op Aanvraag 1, 1040 Etterbeek

 GC De Maalbeek
[02 734 84 43](tel:027348443)
demaalbeek@vgc.be
<http://www.demaalbeek.be> (<http://www.demaalbeek.be>)



© Flor Huybens

Lezing Lise Witteman: Europese verkiezingen - Wat staat er op het spel?

De Europese verkiezingen staan in het verschiet. Maar wat staat er allemaal op het spel? Journaliste Lise Witteman zoekt het uit.

Gratis

18+

18+

wo 22.05.2024
van 20.30 u. tot 21.30 u.

Bibliotheek Etterbeek, Oudergemlaan 191, 1040 Etterbeek

GC De Maalbeek
[02 734 84 43](tel:027348443)
demaalbeek@vgc.be
<http://www.demaalbeek.be> (<http://www.demaalbeek.be>)



© Lise Witteman

Play Café: Speelzakjes

Tijdens het Play-Café kunnen ouders en kinderen van 0 tot 4 jaar proeven van leuke workshops, spel, koffie en cake.

Gratis

0-2,5 jaar

2,5-6 jaar

0-2,5 jaar

0

- 4 jaar

za 25.05.2024
van 10.00 u. tot 12.00 u.

GC De Maalbeek Superette, 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>)



© Freepik

Workshop Fietsherstel en onderhoud: Stadfiets niveau 1 (Ladies Only)

Onderhoud en herstel je stadfiets!

Gratis

18+

18+

za 25.05.2024
van 13.00 u. tot 15.00 u.

GC De Maalbeek Superette, 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>)



Kidical Mass 1040

Kindvriendelijke feestelijke fietstochten!

Gratis

12-18 jaar

18+

6-12 jaar

2,5-6 jaar

3+

 zo 26.05.2024

van 15.00 u. tot 16.30 u.

 Van Meyelplein, Van Meyelplein 1, 1040 Etterbeek

 GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

<http://www.kidicalmass.brussels/1040> (<http://www.kidicalmass.brussels/1040>)



© Kidical Mass

Circus zonder handen

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

€ 235

6-12 jaar

2,5-6 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

demaalbeek@vgc.be

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



© Circus Zonder
Handen

Conversatietafels Nederlands

Spreek je al een beetje Nederlands en wil je graag oefenen? Kom dan naar de conversatietafels.

Gratis

18+

18+



di 28.05.2024

van 17.00 u. tot 18.30 u.



GC De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



© Lander Loeckx

Frisse Folk - woensdag

Kom het plezier van folkdans ontdekken. We leren je traditionele dansen uit West-Europa zoals de wals, scottish, polka, jig of de mazurka.

Gratis

18+

18+

18+



wo 06.09.2023 - wo 29.05.2024

op 6.09.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 13.09.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 20.09.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 27.09.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 4.10.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 11.10.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 18.10.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 25.10.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 8.11.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 15.11.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 22.11.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 29.11.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 6.12.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 13.12.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 20.12.2023 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 10.01.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 17.01.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 24.01.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 31.01.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 7.02.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 21.02.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 28.02.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 6.03.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 13.03.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 20.03.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 27.03.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 17.04.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 24.04.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 8.05.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 15.05.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 22.05.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

op 29.05.2024 van 19.00 u. tot 22.00 u.

GC De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



Jazz Etterbeek serveert met Esinam en Suura twee spannende en frisse Brusselse jazz-acts!

13+

📍 Van Meyelplein, Van Meyelplein 1, 1040 Etterbeek

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



Samen met Stoemp presenteert GC De Maalbeek 3 frisse songwriters in de kantine!

18+

📍 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>)



Elke tweede zondag van de maand kan je een voorwerp dat stuk is, komen repareren. Van smartphone en koffiezet tot kledij: we zoeken voor alles een oplossing.

18+

NL    
 NL    
 NL    
 NL    

 zo 10.09.2023 - zo 09.06.2024

- op 10.09.2023 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 8.10.2023 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 12.11.2023 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 10.12.2023 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 14.01.2024 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 11.02.2024 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 10.03.2024 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 14.04.2024 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 12.05.2024 van 14.00 u. tot 17.00 u.
- op 9.06.2024 van 14.00 u. tot 17.00 u.

📍 De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

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



Repair Café

Elke tweede zondag van de maand kan je een voorwerp dat stuk is, komen repareren. Van smartphone en koffiezet tot kledij: we zoeken voor alles een oplossing.

Gratis

18+

18+



zo 09.06.2024

van 14.00 u. tot 17.00 u.

GC De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

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



Conversatietafels Nederlands

Spreek je al een beetje Nederlands en wil je graag oefenen? Kom dan naar de conversatietafels.

Gratis

18+

18+



di 11.06.2024

van 17.00 u. tot 18.30 u.

GC De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

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



© Lander Loeckx

Workshop Fietsherstel en onderhoud: Elektrische fiets (Ladies Only)

Leer je e-bike onderhouden en herstellen!

Gratis

18+

18+

za 15.06.2024

van 10.30 u. tot 12.30 u.

GC De Maalbeek Superette, Generaal Lemanstraat 118, 1040 Etterbeek

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



Combi yoga en pilates

Jouw ontspanningsmoment op dinsdag en vrijdag.

€ 260

18+

18+

 NL   

NL   

NL   

NL   



di 19.09.2023 - di 18.06.2024

op 19.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 22.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 26.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 3.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 10.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 17.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 24.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 7.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 14.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 21.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 28.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 5.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 12.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 19.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 9.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 16.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 23.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 30.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 6.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 20.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 27.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 5.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 12.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 19.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 26.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 16.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 23.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 30.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 7.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 14.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 21.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 28.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 4.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 11.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 18.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Hoornstraat 97, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



Yoga@lunchtime

Maak tijdens deze yogacursus dieper contact met jezelf via aandacht voor je ademhaling en precisie van de posities.

€ 145

18+

18+



di 19.09.2023 - di 18.06.2024

op 19.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 26.09.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 3.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 10.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 17.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 24.10.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 7.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 14.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 21.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 28.11.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 5.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 12.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 19.12.2023 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 9.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 16.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 23.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 30.01.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 6.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 20.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 27.02.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 5.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 12.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 19.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 26.03.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 16.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 23.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 30.04.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 7.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 14.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 21.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 28.05.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 4.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 11.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.

op 18.06.2024 van 12.30 u. tot 14.00 u.



Gemeenschapscentrum De Maalbeek vzw, Hoornstraat 97, 1040 Etterbeek



GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

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



Jiu jitsu

Grappling, een zelfverdedigingssport door Brussels Brazilian Jiu Jitsu Academy

€ 140

6-12 jaar

8

- 12 jaar



do 28.09.2023 - do 20.06.2024

op 28.09.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 5.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 12.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 19.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 26.10.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 9.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.11.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.12.2023 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 11.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.01.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 1.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 8.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 22.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 29.02.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 7.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 14.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 21.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 28.03.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 18.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 25.04.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 2.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 16.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 23.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 30.05.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 6.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 13.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

op 20.06.2024 van 16.00 u. tot 17.00 u.

📍 Sportzaal De Maalbeek, Oudergemselaan 126, 1040 Etterbeek

📞 GC De Maalbeek

02 734 84 43

demaalbeek@vgc.be

<https://bbjja.be/locatie-grappling/> (<https://bbjja.be/locatie-grappling/>)



© BBjJA