

## Aikikai Gent vzw - zelfverdediging

### Organisatie

Naam: Aikikai Gent vzw

Adres: Sint-Denijslaan 251 9000 Gent

Telefoon: +32 475 90 04 24

E-mail: jo.sedeyn@gmail.com

Website: <http://www.aikidogent.info>

Facebook: <https://www.facebook.com/gentaikikai>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Aikikai Gent vzw - zelfverdediging

Omschrijving: Aikido voor jongeren 12+

Op zaterdagvoormiddag,  
maandag- en woensdagavond.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 12 tot 100

Dag:

<b>Maandag</b>	Dinsdag	<b>Woensdag</b>	Donderdag	Vrijdag	<b>Zaterdag</b>	Zondag
----------------	---------	-----------------	-----------	---------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Hogeschool Gent

Adres: Sint-Denijslaan 251 9000 Gent

Wijk: Stationsbuurt-Zuid

## U-Gent Volkssterrenwacht Armand Pien - andere

### Organisatie

Naam: U-Gent Volkssterrenwacht Armand Pien

Adres: Rozier 44 9000 Gent

Telefoon: +32 9 264 36 74

E-mail: [info@armandpien.be](mailto:info@armandpien.be)

Website: <https://www.armandpien.be/>

Facebook: <https://www.facebook.com/armandpien.be/>

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: U-Gent Volkssterrenwacht Armand Pien - andere

Omschrijving: Jeugdcursoos sterrenkunde

Ben je tussen 12 en 15 jaar, en gefascineerd door alles wat te maken heeft met de ruimte? Dan is deze cursoos vast iets voor jou! In 5 lessen leer je heel wat bij over het heelal, het zonnestelsel, de Zon, de Aarde, de Maan, de sterren, ruimtevaart, weerkunde en telescopen. Daarnaast zijn er bijkomende waarnemingsavonden gepland. Deze cursoos gaat door in het voorjaar. De lessen gaan door op 5 zaterdagmiddagen van 15u30 tot 17u30.

Meer info en inschrijven: <http://armandpien.be/gentster>

Categorie: Cursussen

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 18

Dag:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	---------	----------	-----------	---------	----------	--------

### Locatie

Naam: Volkssterrenwacht (Lovingstraat)

Adres: Gezusters Lovingstraat 1 9000 Gent

Wijk: Binnenstad

## U-Gent Volkssterrenwacht Armand Pien - overige jeugdverenigingen

### Organisatie

Naam: U-Gent Volkssterrenwacht Armand Pien

Adres: Rozier 44 9000 Gent

Telefoon: +32 9 264 36 74

E-mail: [info@armandpien.be](mailto:info@armandpien.be)

Website: <https://www.armandpien.be/>

Facebook: <https://www.facebook.com/armandpien.be/>

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: U-Gent Volkssterrenwacht Armand Pien - overige jeugdverenigingen

Omschrijving: Voor jongeren die graag bezig zijn met sterrenkunde en ruimtevaart, is er op de UGent-Volkssterrenwacht Armand Pien de jeugdwerking 'Gentster'. Er zijn bijeenkomsten op zaterdagavond 18u-20u

Meer info: <https://www.armandpien.be/gentster>

Categorie: Jeugdverenigingen

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 18

Dag:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	<b>Zaterdag</b>	Zondag
---------	---------	----------	-----------	---------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Volkssterrenwacht (Lovingstraat)

Adres: Gezusters Lovingstraat 1 9000 Gent

Wijk: Binnenstad

## Yoga studio Groene Vallei - yoga

### Organisatie

Naam: Yoga studio Groene Vallei

Adres: Noordstraat 30 9000 Gent

Telefoon: +32 92162033

E-mail: [studiogroenevallei@ips.be](mailto:studiogroenevallei@ips.be)

Website: <https://www.yogastudiogroenevallei.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100063593589180>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Yoga studio Groene Vallei - yoga

Omschrijving: Yoga voor tieners: Voor tieners verandert er veel op lichamelijk, geestelijk en emotioneel vlak. Yoga en meditatie kan hun helpen bij het ontwikkelen van zelfvertrouwen, moed, geduld en kracht.

Wat doen we:

De tieners leren hun emoties te herkennen en benoemen.

De lessen zijn onderbouwd op thema's uit het dagelijkse leven.

Mindfulness, meditatie, ademhaling, yoga houdingen, dans/spel, relaxatie, kunnen allemaal aan bod komen in de les.

Yoga en meditatie helpen bij het omgaan van de veranderingen vanbinnen. Het brengt rust en helderheid in je hoofd, waardoor je je beter kan concentreren.

Je connectie met jezelf en je lichaam wordt hierdoor vertrouwd, je wordt je bewuster van je ademhaling en wordt hierdoor rustiger.

Je leert jezelf beter kennen en je vertrouwen in jezelf wordt groter waardoor je beter kan omgaan met moeilijke en onzekere situaties.

Je leert stil te worden in je denken, in alle drukte om je heen, waardoor je betere keuzes kan maken vanuit je hart!

Eerste twee lessen zijn gratis., deelname is vrijblijvend

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 16

Dag:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	<b>Donderdag</b>	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	---------	----------	------------------	---------	----------	--------

## Locatie

Naam: Studio Groene Vallei

Adres: Noordstraat 30 9000 Gent

Wijk: Rabot - Blaisantvest