

Dartel & Pep - yoga

Organisatie

Naam: Dartel & Pep

Adres: Heiebreestraat 11 9031 Gent

Telefoon:

E-mail: info.dartel.pep@gmail.com

Website: <https://www.yina.be/yoga/kinder-tieneryoga>

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Dartel & Pep - yoga

Omschrijving: Kinderyoga: kinderen ontdekken al spelenderwijs yoga.

De kinderen leren hun lichaam kennen en hoe het te bewegen, de flexibiliteit verbetert, ze krijgen meer zelfvertrouwen,

Ook worden heel wat ademhalingsoefeningen aangeleerd, zijn er visualisatieverhalen, massage,

Tijdens een uurtje kinderyoga komen heel vaak belangrijke thema's terug, zoals omgaan met gevoelens, aanvaarden wie je bent,

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 5 tot 11

Dag:

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

Locatie

Naam: Yogastudio Yoga Yin

Adres: Beekstraatkouter 78 9031 GENT

Wijk: Drongen

Dartel & Pep - yoga

Organisatie

Naam: Dartel & Pep

Adres: Heiebreestraat 11 9031 Gent

Telefoon:

E-mail: info.dartel.pep@gmail.com

Website: <https://www.yina.be/yoga/kinder-tieneryoga>

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Dartel & Pep - yoga

Omschrijving: Tieneryoga: tieners leren de positieve effecten van yoga kennen.

Tieners leren hun lichaam kennen en hoe het te bewegen, de flexibiliteit verbetert, ze krijgen meer zelfvertrouwen,

Ook worden heel wat ademhalingsoefeningen aangeleerd, zijn er visualisatieverhalen, Tieners ervaren vaak veel stress en spanning, yoga kan een fijn hulpmiddel zijn om met deze stress en spanning te leren omgaan.

Tijdens tieneryoga komen heel vaak belangrijke thema's terug, zoals omgaan met gevoelens, aanvaarden wie je bent, vriendschappen,

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 12 tot 17

Dag:

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

Locatie

Naam: Yogastudio Yoga Yin

Adres: Beekstraatkouter 78 9031 GENT

Wijk: Drongen

Yoga bij Siel - yoga

Organisatie

Naam: Yoga bij Siel

Adres: Tentoonstellingslaan 4 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: hallo@yogabijsiel.be

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

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Yoga bij Siel - yoga

Omschrijving: Kinderyoga: Kinderen houden zowel van een dynamische, actieve en speelse uitvoering van de yogahoudingen als van ontspannende houdingen om tot rust te komen. Samen leren we veel yogahoudingen van verschillende intensiteit kennen, die we snel achter elkaar uitvoeren zodat hun aandacht geboeid blijft.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 5 tot 10

Dag:

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

Locatie

Naam: De Broederij

Adres: Standaertsite 1 9050 Gent

Wijk: Ledeberg

Yoga bij Siel - yoga

Organisatie

Naam: Yoga bij Siel

Adres: Tentoonstellingslaan 4 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: hallo@yogabijsiel.be

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

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Yoga bij Siel - yoga

Omschrijving: Kleuteryoga: De lessen kleuteryoga zijn specifiek gericht op kinderen van 3 tot 6 jaar. Tijdens de les gaat je zoon of dochter mee op avontuur en ontdekken ze samen met Mia de Yoga-muis de speelse kanten van yoga. Tijdens deze lessen leert jouw kind een ster nadoen, fladderen als een vlinder, springen als een konijn of rusten als een muis. Zo leert je kind op een natuurlijke manier te bewegen, doe ik beroep op hun motorische vaardigheden en krijgt zijn of haar zelfvertrouwen een boost.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 3 tot 6

Dag:

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

Locatie

Naam: De Broederij

Adres: Standaertsite 1 9050 Gent

Wijk: Ledeberg

Yoga bij Siel - yoga

Organisatie

Naam: Yoga bij Siel

Adres: Tentoonstellingslaan 4 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: hallo@yogabijsiel.be

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

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Yoga bij Siel - yoga

Omschrijving: Kinderyoga: Kinderen houden zowel van een dynamische, actieve en speelse uitvoering van de yogahoudingen als van ontspannende houdingen om tot rust te komen. Samen leren we veel yogahoudingen van verschillende intensiteit kennen, die we snel achter elkaar uitvoeren zodat hun aandacht geboeid blijft.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 5 tot 10

Dag:

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

Locatie

Naam: Praktijk in Beweging

Adres: Henleykaai 86 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Yoga bij Siel - yoga

Organisatie

Naam: Yoga bij Siel

Adres: Tentoonstellingslaan 4 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: hallo@yogabijsiel.be

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

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Yoga bij Siel - yoga

Omschrijving: Tieneryoga: Tijdens de lessen wisselen de yogahoudingen elkaar op een dynamisch tempo af zodat je tiener fysiek wordt uitgedaagd. Maar we hebben ook aandacht voor klassieke houdingen en de voordelen van deze houdingen voor het lichaam. Zo leren tieners niet enkel zichzelf beter kennen, ze ondervinden ook hoe ze op een evenwichtige manier kunnen omgaan met de uitdagingen van elke dag.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 10 tot 14

Dag:

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

Locatie

Naam: Praktijk in Beweging

Adres: Henleykaai 86 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Yoga bij Siel - yoga

Organisatie

Naam: Yoga bij Siel

Adres: Tentoonstellingslaan 4 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: hallo@yogabijsiel.be

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

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Yoga bij Siel - yoga

Omschrijving: Ouder-Kindyoga: Papa's en mama's, of opa's en oma's, die samen met hun (klein-)kind de prikkels van het dagelijkse leven een halt toe willen roepen, kunnen terecht tijdens de lessen ouder-kind yoga. Op een speelse manier komen jullie samen tot rust en versterken jullie jullie band.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 4 tot 9

Dag:

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

Locatie

Naam: De Broederij

Adres: Standaertsite 1 9050 Gent

Wijk: Ledeberg

Handboogmaatschappij De Lei - schietsporten

Organisatie

Naam: Handboogmaatschappij De Lei

Adres: Gaverlandstraat 63 9031 Gent

Telefoon: +32 9 282 54 95

E-mail: dirk_vw@skynet.be

Website:

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Handboogmaatschappij De Lei - schietsporten

Omschrijving: Tijdens zomerseizoen: van eind april tot en met september.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 18 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Hbs Handboogmaatschappij De Lei

Adres: Goubaulaan 9000 Gent

Wijk: Drongen

Yoga on Call - yoga

Organisatie

Naam: Yoga on Call

Adres: Oudescheldestraat 16 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: info@yoga-on-call.be

Website: <http://www.yoga-on-call.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/136488156373957/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Yoga on Call - yoga

Omschrijving: Yoga on Call is een laagdrempelige yogastudio aan de Zuid in Gent. In totaal bieden we zo'n 45 groepslessen per week, verdeeld over drie zalen. Een team van 15 gediplomeerde yogadocenten staat wekelijks voor je klaar. We bieden Vinyasa Yoga, Iyengar Yoga, Ashtanga Yoga, Yin Yoga, Easy Yoga, Relax & Renew Yoga, Yoga Nidra én Mama & Baby Yoga. Raadpleeg de website voor het huidige lessenrooster: <http://https://yoga-on-call.be/lessenrooster>.

We bieden ook livestream lessen én video opnames van onze lessen die je eender welke moment vanuit het comfort van je eigen huis kunt doen.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Yoga On Call

Adres: Oudescheldestraat 16 9000 Gent

Wijk: Binnenstad

Koninklijke Roeivereniging Club Gent - roeien

Organisatie

Naam: Koninklijke Roeivereniging Club Gent

Adres: Yachtdreef 2 9000 Gent

Telefoon: 09 222 56 39

E-mail: info@krcg.be

Website: <http://Www.krcg.be>

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Koninklijke Roeivereniging Club Gent - roeien

Omschrijving: Recreatief en Competitief Roeien

Categorie: Watersport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Koninklijke Roeivereniging Club Gent

Adres: Yachtdreef 2 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

De colmic vissers Gent - vissen

Organisatie

Naam: De colmic vissers Gent

Adres: Kaarderijstraat 4 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: de.colmic.vissers.gent@hotmail.com

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/781297855276208>

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: De colmic vissers Gent - vissen

Omschrijving: Vissen in clubverband.

Voor mensen en kinderen met een beperking, ook mensen die minderbedeeld zijn. We leren de mensen en kinderen de vissport aan van 0 tot ze het goed kunnen. Wij vissen met de vaste stok en de feeder.

Categorie: Watersport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 7 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Colmic Vissers Gent

Adres: Halfweg 2 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Gentse Zeeduivels - vissen

Organisatie

Naam: Gentse Zeeduivels

Adres: Varendrieskouter 73 9031 Gent

Telefoon:

E-mail: ignace.vanheule@telenet.be

Website: <http://users.skynet.be/gzd.be/>

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Gentse Zeeduivels - vissen

Omschrijving: Wij zijn de Gentse ZeeDuivels, lid van de sportdienst Gent, en wij gaan zowel recreatief als in wedstrijdverband op zee hengelen, vistrups vanuit de Belgische en buitenlandse kusthavens.

Categorie: Watersport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 10 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Café Koophandel

Adres: Baarledorpstraat 9 9031 Gent

Wijk: Drongen

Danshuis De Ingang - yoga

Organisatie

Naam: Danshuis De Ingang

Adres: Hurstweg 8 9000 Gent

Telefoon: +32 9 220 82 96

E-mail: dans@de-ingang.be

Website: <https://www.de-ingang.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/danshuis.de.ingang/>

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Danshuis De Ingang - yoga

Omschrijving: Yoga, Pilates en Stretching

Yogalessen 3 x / week - verschillende niveaus

Pilates 2 x / week - open level

Stretching

<https://twitter.com/DeIngang>

<https://www.flickr.com/photos/deingang/sets/>

Uitpas

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 14 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Danshuis De Ingang

Adres: Hurstweg 8 9000 Gent

Wijk: Wondelgem

Gentse Doelschutters - schietsporten

Organisatie

Naam: Gentse Doelschutters

Adres: Ferdinand Lousbergskaai 55 9000 Gent

Telefoon: +32 9 224 01 34

E-mail: info@gentsedoelschutters.be

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/116210075089956/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Gentse Doelschutters - schietsporten

Omschrijving: Handboogschieten op doel.

Binnen van september tot en met mei op dinsdagen en zaterdag te Mariakerke.

Buiten doorheen het jaar op het sportterrein in Gentbrugse Meersen

Er is wel een verplichte beginnerscursus (vijf lessen) of een verplichte controle van kennis indien je al ervaring hebt. Meer informatie kan je vinden op onze site of via mail naar info@gentsedoelschutters.be.

Ook voor sporters met een fysieke handicap.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 13 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Kring Heilig Hart

Adres: Heilig-Hartplein 2 9040 Gent

Wijk: Dampoort

Martial Arts - CCS - boksen

Organisatie

Naam: Martial Arts - CCS

Adres: Muldersveld 11 9041 Gent

Telefoon:

E-mail: info@martialarts-ccs.be

Website:

Facebook: <https://www.facebook.com/KickboxingOostakker/?fref=ts>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Martial Arts - CCS - boksen

Omschrijving: 6-12j : op woensdag en zaterdag

+12j : op maandag, woensdag en zaterdag

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Sporthal Wolfput

Adres: Wolfputstraat 92 9041 Gent

Wijk: Oostakker

Yoga on Call - yoga

Organisatie

Naam: Yoga on Call

Adres: Oudescheldestraat 16 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: info@yoga-on-call.be

Website: <http://www.yoga-on-call.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/136488156373957/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Yoga on Call - yoga

Omschrijving: Yoga on Call is een laagdrempelige yogastudio aan de Zuid in Gent. In totaal bieden we zo'n 45 groepslessen per week, verdeeld over drie zalen. Een team van 15 gediplomeerde yogadocenten staat wekelijks voor je klaar. We bieden Vinyasa Yoga, Iyengar Yoga, Ashtanga Yoga, Yin Yoga, Easy Yoga, Relax & Renew Yoga, Yoga Nidra én Mama & Baby Yoga. Raadpleeg de website voor het huidige lessenrooster: <http://https://yoga-on-call.be/lessenrooster>.

We bieden ook livestream lessen én video opnames van onze lessen die je eender welke moment vanuit het comfort van je eigen huis kunt doen.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Yoga On Call

Adres: Oudescheldestraat 16 9000 Gent

Wijk: Binnenstad

SNS Sport Na School - boksen

Organisatie

Naam: SNS Sport Na School

Adres: Zuiderlaan 14 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: olivier.stael@sportnaschool.be

Website: <http://www.sportnaschool.be/>

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

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: SNS Sport Na School - boksen

Omschrijving: Met echte bokshandschoenen en een ervaren boksleraar kan je al je energie kwijt in deze intensieve les.

Dinsdag: 17-18 uur = speciaal voor SNS dus plaats verzekerd !

Nog op andere momenten en plaatsen bokstraining, zie www.sportnaschool.be

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 18

Dag:

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

Locatie

Naam: Stadium Coupure

Adres: Coupure 625 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Ledebergse meierijvissers - vissen

Organisatie

Naam: Ledebergse meierijvissers

Adres: Eikendreef 3 9932 Lievegem

Telefoon:

E-mail: peter.teirlynckdebock@bwzc.be

Website:

Facebook: <http://www.facebook.com/groups/148729212224307/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Ledebergse meierijvissers - vissen

Omschrijving: Vissersclub - vrij te vissen zonder clubverband

jeugdvisverlof is gratis mits aanvraag. kinderen jonger dan 14 jaar mogen vissen met 1 hengel en onder begeleiding van een ouder, voogd of peter (iemand van de club). Visvergunningen zijn geldig van 1 januari tot 31 december.

Categorie: Watersport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 12 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Ledebergse meierijvissers

Adres: Meierij 1 9050 Gent

Wijk: Ledeberg

Koninklijke Roeivereniging Sport Gent KRSG - roeien

Organisatie

Naam: Koninklijke Roeivereniging Sport Gent KRSG

Adres: Kanodreef 1 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: info@krsg.be

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

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Koninklijke Roeivereniging Sport Gent KRSG - roeien

Omschrijving: Roeien.

Voorwaarde: minimum 50 m kunnen zwemmen.

Categorie: Watersport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 10 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Koninklijke Roeivereniging Sport Gent Krsg

Adres: Kanodreef 1 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Gentse Roei- en Sportvereniging / UH23 / - roeien

Organisatie

Naam: Gentse Roei- en Sportvereniging / UH23 /

Adres: Vissersdijk 1 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: rowing@gentsers.be

Website: <http://www.gentsers.be>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Gentse Roei- en Sportvereniging / UH23 / - roeien

Omschrijving: Competitief roeien.

Categorie: Watersport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 9 tot 30

Dag:

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

Locatie

Naam: Roeiclub GRS

Adres: Vissersdijk 1 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Bewust Bewegen - yoga

Organisatie

Naam: Bewust Bewegen

Adres:

Telefoon:

E-mail: hilde.broeckhove@gmail.com

Website: <http://www.bewustbewegen.be>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Bewust Bewegen - yoga

Omschrijving: Tao Yoga

Yogalessen alle niveaus

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Ruimte Resonans

Adres: Zuidstationstraat 20 9000 GENT

Wijk: Binnenstad

Makurah - yoga

Organisatie

Naam: Makurah

Adres: Zalmstraat 26 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: info@makurah.be

Website: <http://makurah.be>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Makurah - yoga

Omschrijving: YOGA: Zet even de knop op pauze. Een verpozing tussen alle drukte heen. Het yoga moment is jouw moment.

Kom thuis in jezelf, in je lichaam. Door op een zachte manier te bewegen wordt het lichaam geopend. De spieren worden in de actievere houdingen verlengd en versterkt. Yoga werkt zowel preventief als genezend.

Het systeem verlichten van stress om totaal te kunnen ontspannen.

Lach met je ogen, lichaam en geest.

Dit gevoel van blijheid neem je mee voor de rest van de week.

Zeker en vast een vleugje humor en plezier in de les.

Je kan ieder moment aansluiten. Vooraf inschrijving is niet nodig. Breng graag je yogamat mee, eventueel een deken en een kussen.

MEER INFO: 0486 28 44 55 of makurah@hotmail.com

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: De Broederij

Adres: Hoveniersstraat 40 9050 Gent

Wijk: Ledeborg

Boxing Club Golden Gloves - boksen

Organisatie

Naam: Boxing Club Golden Gloves

Adres: Molenstraat 163 9032 Gent

Telefoon:

E-mail: goldenglovesgent@gmail.com

Website: <http://www.goldenglovesgent.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/goldengloves.gent/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Boxing Club Golden Gloves - boksen

Omschrijving: Recreatie en competitie. Gratis proefles mogelijk.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 65

Dag:

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

Locatie

Naam: Galveston site

Adres: Hurstweg 8 9000 Gent

Wijk: Wondelgem

Yoga studio Groene Vallei - yoga

Organisatie

Naam: Yoga studio Groene Vallei

Adres: Noordstraat 30 9000 Gent

Telefoon: +32 92162033

E-mail: 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	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	---------	----------	------------------	---------	----------	--------

Locatie

Naam: Studio Groene Vallei

Adres: Noordstraat 30 9000 Gent

Wijk: Rabot - Blaisantvest