

## Dartel & Pep - yoga

### Organisatie

Naam: Dartel & Pep

Adres: Heiebreestraat 11 9031 Gent

Telefoon:

E-mail: [info.dartel.pep@gmail.com](mailto: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	<b>Vrijdag</b>	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](mailto: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	<b>Vrijdag</b>	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	<b>Woensdag</b>	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	<b>Woensdag</b>	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	<b>Zaterdag</b>	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	<b>Zondag</b>
---------	---------	----------	-----------	---------	----------	---------------

### Locatie

Naam: De Broederij

Adres: Standaertsite 1 9050 Gent

Wijk: Ledeberg

## Oude Koninglyke Gilde Sint-Rochus Gent - Kruisbooggilde - -

### Organisatie

Naam: Oude Koninglyke Gilde Sint-Rochus Gent - Kruisbooggilde

Adres: Sint-Pietersplein 13 9000 Gent

Telefoon:

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

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

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Oude Koninglyke Gilde Sint-Rochus Gent - Kruisbooggilde - -

Omschrijving: Kruisboogschieten

Categorie: Boogschieten

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 99

Dag:

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

### Locatie

Naam: Kbs Oude Kon Gilde St-Rochus

Adres: Sint-Pietersplein 13 9000 Gent

Wijk: Binnenstad

## Yoga on Call - yoga

### Organisatie

Naam: Yoga on Call

Adres: Oudescheldestraat 16 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: [info@yoga-on-call.be](mailto: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

## Judoclub Goshin UH23 - judo

### Organisatie

Naam: Judoclub Goshin UH23

Adres: Romain Clausstraat 23 9041 Gent

Telefoon:

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

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

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

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Judoclub Goshin UH23 - judo

Omschrijving: Judo: recreatief en competitief.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 5 tot 75

Dag:

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

### Locatie

Naam: Lago Gent Rozebroeken

Adres: Victor Braeckmanlaan 180 9040 Gent

Wijk: Sint-Amandsberg

## Judoclub Gent-Drongen - judo

### Organisatie

Naam: Judoclub Gent-Drongen

Adres: Pastorijsstraat 68 9940 Evergem

Telefoon:

E-mail: [secretariaat@judogent.be](mailto:secretariaat@judogent.be)

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/290002877810989/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Judoclub Gent-Drongen - judo

Omschrijving: Judoclub Gent Drongen is een dynamische club met een gevarieerd aanbod.

Vanaf 6 jaar kan men deelnemen aan de trainingen en uitgroeien tot recreatieve of competitieve judoka.

maandag & donderdag van 18:30 tot 20:00 (jeugd en volwassenen op gescheiden matten).

De club biedt standaard 4 gratis judolessen aan.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

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

### Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen



## Judoclub Gent-Drongen - judo

### Organisatie

Naam: Judoclub Gent-Drongen

Adres: Pastorijsstraat 68 9940 Evergem

Telefoon:

E-mail: [secretariaat@judogent.be](mailto:secretariaat@judogent.be)

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/290002877810989/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Judoclub Gent-Drongen - judo

Omschrijving: Judoclub Gent Drongen is een dynamische club met een gevarieerd aanbod.

Vanaf 6 jaar kan men deelnemen aan de trainingen en uitgroeien tot recreatieve of competitieve judoka.

zaterdag en zondag van 09:00 - 10:30 (-13j) en van 10:30 tot 12:00 (+13j).

De club biedt standaard 4 gratis judolessen aan.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

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

### Locatie

Naam: sporthal GUSB

Adres: Watersportlaan 3 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem





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

### Locatie

Naam: Danshuis De Ingang

Adres: Hurstweg 8 9000 Gent

Wijk: Wondelgem



## Yoga on Call - yoga

### Organisatie

Naam: Yoga on Call

Adres: Oudescheldestraat 16 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: [info@yoga-on-call.be](mailto: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 - judo

### Organisatie

Naam: SNS Sport Na School

Adres: Zuiderlaan 14 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: [olivier.stael@sportnaschool.be](mailto: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 - judo

Omschrijving: Initiatie samen met de clubleden.

woensdag 19.45 - 21 uur

vrijdag 19.45 - 21 uur

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 18

Dag:

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

### Locatie

Naam: Sporthal Bourgoyen

Adres: Driepikkelstraat 30 9030 Gent

Wijk: Mariakerke

## Yusei Gachi judo - judo

### Organisatie

Naam: Yusei Gachi judo

Adres: Gentstraat 255 9041 Gent

Telefoon:

E-mail: yusei@telenet.be

Website: <http://www.yusei-gachi.be>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Yusei Gachi judo - judo

Omschrijving: Judoclub

Op dinsdag training:

6 jaar - 99 jaar van 18u tot 19u30

Op vrijdag training:

6 jaar - 99 jaar van 18u 30 tot 20u

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

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

### Locatie

Naam: Sporthal Wolfput

Adres: Wolfputstraat 92 9041 Gent

Wijk: Oostakker

## G-JUDOCLUB DE BUITELAARS - judo

### Organisatie

Naam: G-JUDOCLUB DE BUITELAARS

Adres: Zandvleuge 116 9900 Eeklo

Telefoon: +32 92521826

E-mail: [jpeeters@telenet.be](mailto:jpeeters@telenet.be)

Website: <http://www.debuitelaars.eu>

Facebook: <https://www.facebook.com/G-judoclub-De-Buitelaars-1149383725107620/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: G-JUDOCLUB DE BUITELAARS - judo

Omschrijving: Judoclub voor kinderen, adolescenten en volwassenen met een (primair) mentale beperking. Ook andere beperkingen (fys, senso, GES, enz) zijn geen beletsel voor deelname.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 8 tot 99

Dag:

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

### Locatie

Naam: Bert Carlier

Adres: Oudenaardsesteenweg 74 9000 Gent

Wijk: Stationsbuurt-Zuid



## Judoclub Bourgoyen vzw - judo

### Organisatie

Naam: Judoclub Bourgoyen vzw

Adres: Koning Leopold II-laan 98C 9000 Gent

Telefoon: +32 9 220 16 35

E-mail: info@jcbourgoyen.be

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

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Judoclub Bourgoyen vzw - judo

Omschrijving: Judo.

Lessuren per leeftijdscategorie. 4 gratis proeflessen (binnen de 30 dagen)

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 5 tot 99

Dag:

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

### Locatie

Naam: Sporthal Bourgoyen

Adres: Driepikkelstraat 30 9030 Gent

Wijk: Mariakerke

## Bewust Bewegen - yoga

### Organisatie

Naam: Bewust Bewegen

Adres:

Telefoon:

E-mail: [hilde.broeckhove@gmail.com](mailto: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	<b>Dinsdag</b>	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](mailto: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](mailto:makurah@hotmail.com)

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 99

Dag:

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

## Locatie

Naam: De Broederij

Adres: Hoveniersstraat 40 9050 Gent

Wijk: Ledeborg

## Judoclub Jita Kyôei Gent Vzw - judo

### Organisatie

Naam: Judoclub Jita Kyôei Gent Vzw

Adres: Zandvoordestraat 177 9052 Gent

Telefoon: +32 9 222 61 41

E-mail: [info@jitakyoei.gent](mailto:info@jitakyoei.gent)

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

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Judoclub Jita Kyôei Gent Vzw - judo

Omschrijving: Judo: voor kinderen (vanaf 1ste leerjaar) en volwassenen.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

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

### Locatie

Naam: Hogeschool Gent (Hipso) - Sporthal

Adres: Sint-Denijslaan 251 9000 Gent

Wijk: Stationsbuurt-Zuid

## 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