

## 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

## Ryu Ikken Hissatsu - karate

### Organisatie

Naam: Ryu Ikken Hissatsu

Adres: Dapperheidstraat 22 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: karate-jitsu-gent@hotmail.com

Website:

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Ryu Ikken Hissatsu - karate

Omschrijving: Karate = kara = leeg, te = hand, jitsu = krijgskunst. Dus zich verdedigen met de lege hand of nog beter ongewapende vechtkunst. Stoten, slagen, trappen zijn in karate jitsu do belangrijke technieken. Maar ook bevrijdingen, wurgingen, klemmen zijn zeer belangrijk in onze stijl. De kunst is om geheel uw lichaam te leren gebruiken als wapen. Karate jitsu do gaat terug naar het principe van doelmatigheid, waarbij korte en effectieve technieken worden aangeleerd die toepasbaar moeten zijn in de realiteit. Vandaar bij ons geen wedstrijden daar een echt gevecht absoluut niet te vergelijken is met een wedstrijd een echt gevecht heeft geen regels alle middelen zijn goed om uzelf te verdedigen en uw naasten te beschermen. Uiteraard is een vermeden gevecht steeds een gewonnen gevecht.

Iedere maandag en donderdag jeugd van 18 tot 19 uur en volwassenen van 19 tot 20uur.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 7 tot 99

Dag:

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

### 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

## Bewust Bewegen - qigong

### 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 - qigong

Omschrijving: Qigonglessen

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



## Jeugdhuis Nieuw Gent - jeugdhuis

### Organisatie

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent

Adres: Agaatstraat 2 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: [nieuwgent@formaat.be](mailto:nieuwgent@formaat.be)

Website: <https://www.formaat.be/jeugdhuis/nieuw-gent>

Facebook: <https://www.facebook.com/Jeugdhuis-Nieuw-Gent-337481580078737/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent - jeugdhuis

Omschrijving: Tienerwerking. Instuif, activiteiten, workshops.

Woensdag (14u-17u) en vrijdag (17u-19u) .

Categorie: Jeugdverenigingen

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 16

Dag:

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

### Locatie

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent

Adres: Agaatstraat 2 9000 Gent

Wijk: Nieuw Gent - UZ

## Jeugdhuis Nieuw Gent - jeugdhuis

### Organisatie

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent

Adres: Agaatstraat 2 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: [nieuwgent@formaat.be](mailto:nieuwgent@formaat.be)

Website: <https://www.formaat.be/jeugdhuis/nieuw-gent>

Facebook: <https://www.facebook.com/Jeugdhuis-Nieuw-Gent-337481580078737/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent - jeugdhuis

Omschrijving: Jongerenwerking. Instuif, activiteiten, workshops.

Woensdag (19u-22u) en vrijdag (19u-23u).

Categorie: Jeugdverenigingen

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 30

Dag:

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

### Locatie

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent

Adres: Agaatstraat 2 9000 Gent

Wijk: Nieuw Gent - UZ

## Jeugdhuis Nieuw Gent - jeugdhuis

### Organisatie

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent

Adres: Agaatstraat 2 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: [nieuwgent@formaat.be](mailto:nieuwgent@formaat.be)

Website: <https://www.formaat.be/jeugdhuis/nieuw-gent>

Facebook: <https://www.facebook.com/Jeugdhuis-Nieuw-Gent-337481580078737/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent - jeugdhuis

Omschrijving: Meisjeswerking. Instuif, activiteiten, workshops.

Woensdagen (14u-17u), vrijdagavonden (17u-21u) en zaterdagen (13u-17u).  
Voor meer info check activiteitenkalender op Facebook, Instagram of affiches aan het jeugdhuis.

Categorie: Jeugdverenigingen

Doelgroep: Meisjes

Leeftijden: van 12 tot 25

Dag:

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

### Locatie

Naam: Jeugdhuis Nieuw Gent

Adres: Agaatstraat 2 9000 Gent

Wijk: Nieuw Gent - UZ