

Makurah - yoga

Organisatie

Naam: Makurah

Adres: Zalmstraat 26 te 9000 Gent

Telefoon: +32 486 28 44 55

E-mail: info@makurah.be

Website: <http://makurah.be>

Facebookpagina:

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 actievare houdingen verlengt 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 yoga

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Nee

Leeftijden: van 16 tot 99

Dag:

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
---------	---------	-----------------	-----------	---------	----------	--------

Locatie

Naam: De Broederij

Adres: Hoveniersstraat 40 9050 Gent

Wijk:

Oiterpe - turnen

Organisatie

Naam: Oiterpe

Adres: Beeldhouwersstraat 38 te 9040 Gent

Telefoon: +32 472 34 24 64

E-mail: info@oiterpe.be

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

Facebookpagina: <https://www.facebook.com/oiterpedrongen/>

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Oiterpe - turnen

Omschrijving: Turnen, vanaf 6 jaar meer focus op lenigheid, kracht en techniek.

Uitdagend voor iedereen, maar zonder competitiedruk.

6 - 7 jaar: dinsdag 18u - 19u

8 - 11 jaar: dinsdag 19u - 20u

+12 jaar: zaterdag 17u - 19u

Categorie: Gym turnen

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Nee

Leeftijden: van 3 tot 30

Dag:

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
---------	----------------	----------	-----------	---------	-----------------	--------

Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen

Oiterpe - turnen

Organisatie

Naam: Oiterpe

Adres: Beeldhouwersstraat 38 te 9040 Gent

Telefoon: +32 472 34 24 64

E-mail: info@oiterpe.be

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

Facebookpagina: <https://www.facebook.com/oiterpedrongen/>

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Oiterpe - turnen

Omschrijving: Peuters en kleuters ontwikkelen hun motoriek met beweging, spelletjes en dansjes

Categorie: Gym turnen

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Nee

Leeftijden: van 2 tot 6

Dag:

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
---------	---------	----------	-----------	---------	-----------------	--------

Locatie

Naam: School Mijlpaal Drongen

Adres: Groenewandeling 80 9031 Gent

Wijk: Drongen

Oiterpe - -

Organisatie

Naam: Oiterpe

Adres: Beeldhouwersstraat 38 te 9040 Gent

Telefoon: +32 472 34 24 64

E-mail: info@oiterpe.be

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

Facebookpagina: <https://www.facebook.com/oiterpedrongen/>

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Oiterpe - -

Omschrijving: Afwisseling tussen choreografie, techniek en improvisatie.

Vanaf 6 jaar kan je twee keer per week dansen, bij verschillende lesgevers. Vanaf 12 jaar kan je les volgen in de stijlen jazz/modern en hedendaagse dans. Vanaf 15 jaar werken we met niveaus per stijl. A is het basisniveau, B voor halfgevoorderden/gevorderden.

Categorie: Dans -

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Nee

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
----------------	---------	-----------------	------------------	----------------	----------	--------

Locatie

Naam: School Mijlpaal Drongen

Adres: Groenewandeling 80 9031 Gent

Wijk: Drongen

Oiterpe - -

Organisatie

Naam: Oiterpe

Adres: Beeldhouwersstraat 38 te 9040 Gent

Telefoon: +32 472 34 24 64

E-mail: info@oiterpe.be

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

Facebookpagina: <https://www.facebook.com/oiterpedrongen/>

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Oiterpe - -

Omschrijving: Afwisseling tussen choreografie, techniek en improvisatie.

Kleuterdans vanaf het 2e kleuterklasje.

Vanaf 6 jaar kan je twee keer per week dansen, bij verschillende lesgevers. Vanaf 12 jaar kan je les volgen in de stijlen jazz/modern en hedendaagse dans. Vanaf 15 jaar werken we met niveaus per stijl. A is het basisniveau, B voor halfgevoorderden/gevorderden.

Categorie: Dans -

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Nee

Leeftijden: van 4 tot 99

Dag:

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
---------	---------	----------	-----------	----------------	-----------------	--------

Locatie

Naam: De Vuurtoren

Adres: Oude-Abdijstraat 11 9031 Gent

Wijk: Drongen

Oiterpe - fitness

Organisatie

Naam: Oiterpe

Adres: Beeldhouwersstraat 38 te 9040 Gent

Telefoon: +32 472 34 24 64

E-mail: info@oiterpe.be

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

Facebookpagina: <https://www.facebook.com/oiterpedrongen/>

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Oiterpe - fitness

Omschrijving: Arobics 20u-21u

Kracht & stretching 21u-22u

De twee lessen zijn prima combineerbaar.

Categorie: Gym fitness

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Nee

Leeftijden: van 18 tot 99

Dag:

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
---------	----------------	----------	-----------	---------	----------	--------

Locatie

Naam: Sporthal Bourgoyen

Adres: Driepikkelstraat 30 9030 Gent

Wijk: Mariakerke