

Flow De Gand vzw - -

Organisatie

Naam: Flow De Gand vzw

Adres: Slinke Molenstraat 51 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: info@flowdegand.be

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

Facebook: <http://www.facebook.com/FDGparkour/>

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Flow De Gand vzw - -

Omschrijving: Parkour Kids richt zich op kinderen van 8 tot 11 jaar met een uiteenlopende achtergrond in parkour. Deze reeks is dus zowel toegankelijk voor beginners als uitdagend voor zij die reeds ervaring hebben in parkour. Er zullen steeds 2 lesgevers aanwezig zijn om te garanderen dat iedereen naar niveau wordt uitgedaagd.

<https://www.flowdegand.be/calendar>

Categorie: Omnisport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 8 tot 11

Dag:

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

Locatie

Naam: Sporthal Sport Vlaanderen Gent

Adres: Zuiderlaan 14 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Flow De Gand vzw - -

Organisatie

Naam: Flow De Gand vzw

Adres: Slinke Molenstraat 51 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: info@flowdegand.be

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

Facebook: <http://www.facebook.com/FDGparkour/>

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Flow De Gand vzw - -

Omschrijving: Parkour Jongeren richt zich op kinderen van 12 tot 15 jaar met een uiteenlopende achtergrond in parkour. Deze reeks is toegankelijk zowel voor beginners als voor zij die reeds een semester bij ons of elders gevolgd hebben, maar graag nog wat meer aandacht besteden aan het opbouwen van een goede basis.

Jongeren met al wat meer ervaring kunnen terecht in de groep voor gevorderden.

<https://www.flowdegand.be/calendar>

Categorie: Omnisport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 12 tot 15

Dag:

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

Locatie

Naam: Sporthal Sport Vlaanderen Gent

Adres: Zuiderlaan 14 9000 Gent

Wijk: Watersportbaan - Ekkergem

Flow De Gand vzw - -

Organisatie

Naam: Flow De Gand vzw

Adres: Slinke Molenstraat 51 9000 Gent

Telefoon:

E-mail: info@flowdegand.be

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

Facebook: <http://www.facebook.com/FDGparkour/>

Instagram:

UitPas: Ja

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Flow De Gand vzw - -

Omschrijving: Parkour Jongeren is gericht op jongeren van 16 tot 18 jaar die geïnteresseerd zijn om in de technische aspecten van parkour te duiken of deze verder te ontwikkelen in een buitensetting. Deze reeks vereist geen voorgaande technische kennis van parkour, maar vraagt wel een zeker fysieke en sportieve paraatheid om ons toe laten een brede waaier aan parkourtechnieken te kunnen ontwikkelen.

De lessen vinden telkens op een verschillende buitenlocatie in Gent plaats, deze locaties zullen voorafgaand aan iedere les meegedeeld worden.

<https://www.flowdegand.be/calendar>

Categorie: Omnisport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 16 tot 18

Dag:

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

Locatie

Naam: SMAK

Adres: Jan Hoetplein 1 9000 Gent

Wijk: Stationsbuurt-Noord

Topacademie Sifu Walter Toch - kung-fu

Organisatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Telefoon:

E-mail: info@shaolin.be

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/652716981536793/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch - kung-fu

Omschrijving: Shaolin kung-fu en

Wing chun kung-fu.

Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=sKoIM8H3tT0>

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 4 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Wijk: Gentbrugge

Topacademie Sifu Walter Toch - qigong

Organisatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Telefoon:

E-mail: info@shaolin.be

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/652716981536793/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch - qigong

Omschrijving: Qi-gong en healing.

Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=sKoIM8H3tT0>

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 13 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Wijk: Gentbrugge

Topacademie Sifu Walter Toch - tai ji quan

Organisatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Telefoon:

E-mail: info@shaolin.be

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/652716981536793/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch - tai ji quan

Omschrijving: Tai chi, Tai ji quan. healing en gezondheid + zelfverdediging.
inclusie

Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=sKoIM8H3tT0>

Wing- Chun / Kung-Fu /Dim- Mak of drukpunten in zelfverdediging

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 13 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Wijk: Gentbrugge

Topacademie Sifu Walter Toch - zelfverdediging

Organisatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Telefoon:

E-mail: info@shaolin.be

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

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/652716981536793/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

Activiteit

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch - zelfverdediging

Omschrijving: Zelfverdediging WING CHUN

inclusie

Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=sKoIM8H3tT0>

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 13 tot 99

Dag:

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

Locatie

Naam: Topacademie Sifu Walter Toch

Adres: Schooldreef 137 9050 Gent

Wijk: Gentbrugge

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