

## Schrijf je nu in

### Cursusreeks september 2026:

- Voor Gentenaars vanaf zaterdag 13 juni 2026
- Voor niet-Gentenaars vanaf maandag 15 juni 2026

### Cursusreeks februari 2027:

- Voor Gentenaars vanaf zaterdag 9 januari 2027
- Voor niet-Gentenaars vanaf maandag 11 januari 2027

## Sportdienst Gent

Huis van de Sport  
Zuiderlaan 13  
9000 Gent

09 266 80 00  
sport.activiteiten@stad.gent  
www.stad.gent/sport

 GentSport  
 GentSport



Vu.: Mieke Hullebroeck - algemeen directeur - stadhuis, Botermarkt 1, 9000 Gent - 26\_00742

gent:

2026-2027

# SPORT cursussen

Kinderen & volwassenen

Zin om te sporten en te bewegen?  
Ben je een waterrat of eerder een landrot?  
Maakt niet uit, we hebben voor elk wat wils.  
**Duik in je zwem- of sportkleden en doe mee!**

## IN HET SOP

### Zwemmen jeugd 3-11 jaar

- **Fase 1: Waterwennen:**
  - Brevet zeepaardje (3-4 jaar)
  - Brevet pinguïn (4-5 jaar)
- **Fase 2: Leren overleven:**
  - Brevet waterschildpad (5-7 jaar)
  - Brevet dolfijn (5-11 jaar)
- **Fase 3: Leren veilig zwemmen:**
  - Brevet otter (5-11 jaar)
  - Brevet haai (5-11 jaar)
  - Brevet orka (5-11 jaar)

### G-zwemmen sporters met beperking 6-12 jaar

- Kinderen watergewend maken, 25 m overbruggen

### Zwemmen volwassenen 18+

- Niveau 1: voor deelnemers met waterangst
- Niveau 2: voor deelnemers zonder waterangst

### Aquagym 18+

- Complete en gemakkelijke sport, goed voor lichaam, hart en geest, met lage impact op de gewrichten

## OP HET DROGE

### Multimove 3-5 jaar

- Gevarieerd programma van bewegingsspelletjes om de motorische ontwikkeling van je kind te stimuleren

### Multi SkillZ Kids Academy 6-9 jaar

- Energieke sportsessies vol plezier en samenspel

### Tennis jeugd 5+

- KidsTennis blauw (5-7 jaar) | KidsTennis rood (7-9 jaar)
- Tennis tieners | tieners plus | jeugd | junioren (9-18 jaar)

### Tennis volwassenen 18+

- Beginners 1 | beginners 2 | half-gevorderden | gevorderden

### Tennis vervolmaking voorjaarscursus 18+

- April, mei, juni: nuttige tips voor de ervaren tennisser

### Badminton 6-12 jaar & 18+

- Jeugd: aanleren basislagen en speelse oefenvormen
- Volwassenen: beginners en half-gevorderden

### Easy fitmix 18+ (ook met sportkaart)

- Conditie, lenigheid en spierkracht: rustig tempo

### Fitmix 18+ (ook met sportkaart)

- Conditie, spierversterking, intervaltraining: onderhoudend