



**GC Nohva**

Meer activiteiten vind je op [www.gcnohva.be](http://www.gcnohva.be)

Op 30-04-2024 selecteerde je 19 activiteiten op [www.gcnohva.be/activiteiten](http://www.gcnohva.be/activiteiten)

Je filterde op: "2,5-6 jaar, 18+, Cursus & Vorming, Enkel activiteiten met vrije plaatsen"

## Early bird Pilates

Met eenvoudige maar effectieve oefeningen train je je hele lichaam.

€ 70

18+

18+



ma 18.09.2023 - ma 13.05.2024

op 18.09.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 2.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 9.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 16.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 23.10.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 6.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 13.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 20.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 27.11.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 4.12.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 11.12.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 18.12.2023 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 8.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 15.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 22.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 29.01.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 5.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 19.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 26.02.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 4.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 11.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 18.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 25.03.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 15.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 22.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 29.04.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 6.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.

op 13.05.2024 van 9.00 u. tot 10.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

[02 268 20 82](tel:022682082)

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<http://www.nohva.be> (<http://www.nohva.be>)



## Beeldend atelier volwassenen

Tekenatelier voor volwassenen

€ 150

18+

18+

 NL    

NL    



wo 27.09.2023 - wo 15.05.2024

op 27.09.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 4.10.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 11.10.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 18.10.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 25.10.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 8.11.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 22.11.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 29.11.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 6.12.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 13.12.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 20.12.2023 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 21.02.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 28.02.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 6.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 13.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 20.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 27.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 17.04.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 24.04.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 8.05.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 15.05.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<http://www.nohva.be> (<http://www.nohva.be>)



## Beeldend atelier 16+ voorjaar 2024

Tekenatelier voor volwassenen

€ 135

18+

18+

 NL    

NL    



wo 21.02.2024 - wo 15.05.2024

op 21.02.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 28.02.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 6.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 13.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 20.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 27.03.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 17.04.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 24.04.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 8.05.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.

op 15.05.2024 van 18.15 u. tot 20.45 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<http://www.nohva.be> (<http://www.nohva.be>)



## Hatha Flow Yoga

Hatha Flow Yoga is een yogales waar de houdingen in een bepaalde serie op elkaar volgen.

€ 120

18+

18+



do 28.09.2023 - do 16.05.2024

op 28.09.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 5.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 12.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 19.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 26.10.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 9.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 16.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 23.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 30.11.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 7.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 14.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 21.12.2023 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 11.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 18.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 25.01.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 1.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 8.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 22.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 29.02.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 7.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 14.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 21.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 28.03.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 18.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 25.04.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 2.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 9.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.  
op 16.05.2024 van 20.15 u. tot 21.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.mylifehealing.be/> (<https://www.mylifehealing.be/>)



---

## Yogadans

Een unieke combinatie van yoga, beweging, ademhaling en dans.

€ 120

18+

18+



do 28.09.2023 - do 16.05.2024

op 28.09.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 5.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 12.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 19.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 26.10.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 9.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 16.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 23.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 30.11.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 7.12.2023 van 19.30 u. tot 20.30 u.

op 14.12.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 21.12.2023 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 11.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 18.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 25.01.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 1.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 8.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 22.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 29.02.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 7.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 14.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 21.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 28.03.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 18.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 25.04.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 2.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 9.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.

op 16.05.2024 van 19.15 u. tot 20.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.mylifehealing.be/> (<https://www.mylifehealing.be/>)



---

## Zaalhockey

Hockey is een fantastische teamsport voor jongens & meisjes! De lessen zijn in het Nederlands.

€ 150

6-12 jaar

2,5-6 jaar

6

- 12 jaar



vr 29.09.2023 - vr 17.05.2024

op 29.09.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 6.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 13.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 20.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 27.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 10.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 17.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 24.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 1.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 8.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 15.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 22.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 12.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 19.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 26.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 2.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 9.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 23.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 1.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 8.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 15.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 22.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 29.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 19.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 26.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 3.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 10.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.

op 17.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.facebook.com/growingbyhockey> (<https://www.facebook.com/growingbyhockey>)

## Multisport maxi

Train de motoriek van je kind.

€ 80

6-12 jaar

2,5-6 jaar

5

- 7 jaar



za 30.09.2023 - za 18.05.2024

op 30.09.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 7.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 14.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 21.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 28.10.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 18.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 25.11.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 2.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 9.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 16.12.2023 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 13.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 20.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 27.01.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 3.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 10.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 24.02.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 2.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 9.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 16.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 23.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 30.03.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 20.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 27.04.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 4.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 11.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.

op 18.05.2024 van 11.30 u. tot 12.30 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<http://www.nohva.be> (<http://www.nohva.be>)



## Sport met (groot)ouders

(Groot)ouder(s) verkennen samen met hun (klein)kind het plezier van bewegen.

€ 4

2,5-6 jaar

0-2,5 jaar

2

- 3 jaar



za 30.09.2023 - za 18.05.2024

op 30.09.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 7.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 14.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 21.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 28.10.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 18.11.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 25.11.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 2.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 9.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 16.12.2023 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 13.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 20.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 27.01.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 3.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 10.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 24.02.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 2.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 9.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 16.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 23.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 30.03.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 20.04.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 27.04.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 4.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 11.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.

op 18.05.2024 van 9.30 u. tot 10.20 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<http://www.nohva.be> (<http://www.nohva.be>)



---

## ademsessie: 'de kracht van jouw adem'

Voor een diepgaande uitleg over de werking van je ademhaling en bijbehorende oefeningen die je ook thuis kunt voortzetten.

€ 25

18+

18+

 NL   

NL   



vr 24.05.2024

van 19.15 u. tot 20.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops> (<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops>)

## Conversatiegroep Engels

Do you want to practice English? Join our English conversation group.

Gratis

18+

18+



di 05.09.2023 - di 18.06.2024

op 05.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 12.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 19.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 26.09.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 3.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 10.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 17.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 24.10.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 7.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 14.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 21.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 28.11.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 5.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 12.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 19.12.2023 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 09.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 16.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 23.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 30.01.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 06.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 20.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 27.02.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 05.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 12.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 19.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 26.03.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 16.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 23.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 30.04.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 07.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 14.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 21.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 28.05.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 04.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 11.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.  
op 18.06.2024 van 19.00 u. tot 20.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<http://www.nohva.be> (<http://www.nohva.be>)



## Theateratelier 4.0

Bij theateratelier mag je vele rollen spelen, emoties uitbeelden, scènes verzinnen.

€ 83

18+

18+



ma 04.09.2023 - ma 24.06.2024

op 4.09.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 11.09.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 18.09.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 25.09.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 2.10.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 9.10.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 16.10.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 23.10.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 6.11.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 13.11.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 20.11.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 27.11.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 4.12.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 11.12.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 18.12.2023 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 8.01.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 15.01.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 22.01.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 29.01.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 5.02.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 19.02.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 26.02.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 4.03.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 11.03.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 18.03.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 25.03.2024 van 19.00 u. tot 21.00 u.  
op 15.04.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 22.04.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 29.04.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 3.05.2024 van 19.00 u. tot 21.00 u.  
op 6.05.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 13.05.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 27.05.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 3.06.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 10.06.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 17.06.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.  
op 24.06.2024 van 18.00 u. tot 20.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/> (<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/>)



## Urban Dance

Urban Dance en choreo lessen.

€ 83

12-18 jaar

18+

13+



di 05.09.2023 - di 25.06.2024

op 5.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 12.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 19.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 26.09.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 3.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 10.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 17.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 24.10.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 7.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 14.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 21.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 28.11.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 5.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 12.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 19.12.2023 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 9.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 16.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 23.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 30.01.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 6.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 20.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 27.02.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 5.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 12.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 19.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 26.03.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 16.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 23.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 30.04.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 7.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 14.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 21.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 28.05.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 4.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 11.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 18.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.  
op 25.06.2024 van 18.15 u. tot 19.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/> (<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/>)



## Beeldend atelier 1

Maak kennis met de verscheidenheid van beeldende kunst.

€ 83

6-12 jaar

2,5-6 jaar

6

- 12 jaar



wo 06.09.2023 - wo 26.06.2024

op 6.09.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 13.09.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 20.09.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 27.09.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 4.10.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 11.10.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 18.10.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 25.10.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 8.11.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 15.11.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 22.11.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 29.11.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 6.12.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 13.12.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 20.12.2023 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 10.01.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 17.01.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 24.01.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 31.01.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 7.02.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 21.02.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 28.02.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 6.03.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 13.03.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 20.03.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 27.03.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 17.04.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 24.04.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 8.05.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 15.05.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 22.05.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 29.05.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 5.06.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 12.06.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 19.06.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.

op 26.06.2024 van 13.20 u. tot 15.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/> (<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/>)



## Hedendaagse Dans

Hedendaags danslessen

€ 83

18+

18+



wo 06.09.2023 - wo 26.06.2024

op 6.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 13.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 20.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 27.09.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 4.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 11.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 18.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 25.10.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 8.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 22.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 29.11.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 6.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 13.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 20.12.2023 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 10.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 17.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 24.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 31.01.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 7.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 21.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 28.02.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 6.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 13.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 20.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 27.03.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 17.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 24.04.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 8.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 15.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 22.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 29.05.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 5.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 12.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 19.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.  
op 26.06.2024 van 18.00 u. tot 19.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/> (<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/>)



## Beeldend atelier 2

Maak kennis met de verscheidenheid van beeldende kunst.

€ 83

6-12 jaar

2,5-6 jaar

6

- 12 jaar



wo 06.09.2023 - wo 26.06.2024

op 6.09.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 13.09.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 20.09.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 27.09.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 4.10.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 11.10.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 18.10.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 25.10.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 8.11.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 15.11.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 22.11.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 29.11.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 6.12.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 13.12.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 20.12.2023 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 10.01.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 17.01.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 24.01.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 31.01.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 7.02.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 21.02.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 28.02.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 6.03.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 13.03.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 20.03.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 27.03.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 17.04.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 24.04.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 8.05.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 15.05.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 22.05.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 29.05.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 5.06.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 12.06.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 19.06.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.

op 26.06.2024 van 15.10 u. tot 16.50 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/> (<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/>)

## Muziek en theaterinitiatie

Maak op een speelse manier kennis met muziek en theater.

€ 83

6-12 jaar

2,5-6 jaar

6

- 7 jaar



do 07.09.2023 - do 27.06.2024

op 7.09.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 14.09.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 21.09.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 28.09.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 5.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 12.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 19.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 26.10.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 9.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 16.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 23.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 30.11.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 7.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 14.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 21.12.2023 van 16.00 tot 17.00 u.

op 11.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 18.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 25.01.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 1.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 8.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 22.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 29.02.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 7.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 14.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 21.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 28.03.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 18.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 25.04.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 2.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 9.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 16.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 23.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 30.05.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 6.06.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 13.06.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 20.06.2024 van 16.00 tot 17.00 u.

op 27.06.2024 van 16.00 tot 17.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/> (<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/>)



## Speltheater 3de graad

Theaterlessen voor kinderen ouder dan 12 jaar

€ 83

18+

18+



do 07.09.2023 - do 27.06.2024

op 7.09.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 14.09.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 21.09.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 28.09.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 5.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 12.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 19.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 26.10.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 9.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 16.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 23.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 30.11.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 7.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 14.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 21.12.2023 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 11.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 18.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 25.01.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 1.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 8.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 22.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 29.02.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 7.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 14.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 21.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 28.03.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 18.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 25.04.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 2.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 9.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 16.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 23.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 30.05.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 6.06.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 13.06.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 20.06.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.  
op 27.06.2024 van 17.00 u. tot 19.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

[gcnohva@vgc.be](mailto:gcnohva@vgc.be)

<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/> (<https://www.hoofdstedelijkeacademie.be/>)



---

## ademsessie: 'de kracht van jouw adem'

Voor een diepgaande uitleg over de werking van je ademhaling en bijbehorende oefeningen die je ook thuis kunt voortzetten.

€ 25

18+

18+

 NL   

NL   



vr 28.06.2024

van 19.15 u. tot 20.15 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops> (<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops>)

---

## Ademsessie: 'Adem je vrij'

workshop ademhaling

€ 35

18+

18+



vr 26.04.2024 - vr 28.06.2024

op 26.04.2024 van 20.30 u. tot 23.00 u.

op 24.05.2024 van 20.30 u. tot 23.00 u.

op 28.06.2024 van 20.30 u. tot 23.00 u.



Gemeenschapscentrum Nohva vzw, Peter Benoitplein 22-23, 1120 Neder-Over-Heembeek



GC Nohva

02 268 20 82

gcnohva@vgc.be

<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops> (<https://www.mylifehealing.be/nl/workshops>)