GC Nohva

Meer activiteiten vind je op www.gcnohva.be

Op 29-03-2024 selecteerde je 7 activiteiten op www.gcnohva.be/activiteiten

Je filterde op: "Sport, Enkel activiteiten met vrije plaatsen"

---

ademsessie: 'de kracht van ademhalen'

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 29.03.2024
van 19.00 u. tot 22.15 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/events (https://www.mylifehealing.be/nl/events)

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