

Lundi

10-11 [Cours de gym](#) femme

Lieu: De Kroon

Resp: Maison Médicale

14-15 [Prévention des chutes](#) mixte

Lieu: Salle Alcyons

Resp: Commune BSA/Gymsana

19-20 [Buik, Billen en Bennen](#) femme

Lieu: Centre sportif

Resp: Actieve Vrouwen Berchem

19-20 [Aérobic et gymtonic](#) mixte

Lieu: Sacré-Coeur

Resp: Vénus Gym

19.30-20.30 [Strong by Zumba](#) mixte

Lieu : St Albert

Resp : Carla Dance

19.30-20.30 [Yoga](#) mixte

Lieu et Resp : De Kroon

20-21 [Aérobic et gymtonic](#) mixte

Lieu : Sacré-Coeur

Resp : Venus Gym



Mardi

9.30-10.30 [Gym douce](#) mixte

Lieu: Centre Sportif

Resp : Mutualités Socialistes

19-20 [Aérobic](#) mixte

Lieu : Sacré-Coeur

Resp : Venus Gym

19.20-20.20 [Aguagym](#) mixte

Lieu: Wellness Helena

Resp: Maison Médicale

19.30-20.30 [Kudurofit \(danse/cardio\)](#)

mixte

Lieu : St Albert

Resp: Carla Dance

20-21 [Taille Abdo Fessiers](#) mixte

Lieu : Sacré-Coeur

Resp : Venus Gym



Mercredi

9-10 [Zumba](#) femme

Lieu: Centre Sportif

Resp: Commune BSA/ Carla Dance

10.30-11.30 [Prévention des chutes](#)

Lieu: Villa Pirsoul

Resp: Commune BSA/Gymsana

18-19 et 19-20 [Gym d'entretien](#) mixte

Lieu : Sacré-Coeur

Resp : Venus Gym

19.30-20.30 [Zumba](#) mixte

Lieu: Centre Sportif

Resp: Carla Dance

20-21 [Gym d'entretien](#) mixte

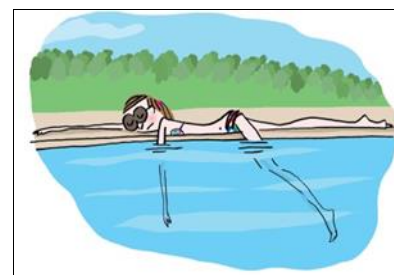
Lieu : Sacré-Coeur

Resp : Venus Gym

20.30-21.30 [C-Style \(danse\)](#) mixte

Lieu: Centre Sportif

Resp: Carla Dance



Jeudi

9.45-10.45 [Aguagym](#) femme

Lieu: Wellness Helena

Resp: Maison Médicale

10-11 [Gym Senior](#) mixte

Lieu et Resp: De Kroon

15-16 [Yoga](#) mixte seniors

Lieu: Centre Sportif

Resp: Oscar

19-20 [Gymnastiek](#) femme

Lieu: Centre Sportif

Resp: Actieve Vrouw Berchem

19-20 [Music-Gym](#) mixte

Lieu : Sacré-Coeur

Resp : Venus Gym

20-21 [Stretching](#) mixte

Lieu : Sacré-Coeur

Resp : Venus Gym

Vendredi

10.30-11.30 [Gym Senior](#) mixte

Lieu: Centre Sportif

Resp: Body Club Senior

10.30-11.30 [Tai-Chi](#) mixte

Lieu et Resp: De Kroon

