

# OKINAWA GOJU-RYU NIJLEN

剛柔流空手  
GOJU-RYU  
KARATE



## CONTACTGEGEVENS

Verschueren Mieke

0486 96 26 25

omieke1@telenet.be - [www.karate-nijlen-grobbendonk.be](http://www.karate-nijlen-grobbendonk.be)

## CLUBINFO

Karate is niet leren vechten, karate is leren NIET vechten en agressie omzetten in positieve energie. Sinds 1986 wordt de traditionele karate beoefend, met aandacht voor zowel het geestelijke als het lichamelijke. Karate is voor iedereen toegankelijk van 5 tot 75 jaar. Personen met een handicap vanaf 7 jaar kunnen karate beoefenen, een motorische, licht verstandelijke beperking en doof/slecht horen vormt geen hinder. Kom eens kijken of doe eens mee! De eerste 2 lessen zijn gratis en zonder verplichtingen. Je kunt zelf ervaren hoe goed het voelt om in een prettige sfeer en onder deskundige leiding te sporten.

## TRAININGSUREN- EN DAGEN / TRAININGSGROEPEN

Op maandag van 19u00 tot 20u00, 10 tot 15 jarigen en van 19u30 tot 21u00, voor volwassenen (locatie 1).

Op woensdag van 19u30 tot 21u00, voor volwassenen (locatie 2).

Op zaterdag van 09u30 tot 11u00, 10 tot 15 jarigen en van 11u00 tot 12u30, voor volwassenen (locatie 2).

Op zaterdag van 13u00 tot 14u00, 5 tot 10 jarigen (locatie 2).

## LOCATIE SPORTACTIVITEITEN

Turnzaal Kerkeblokken

Kerkeblokken 7

2560 Nijlen

Sportcentrum Nijlen

Gemeentestraat 36a

2560 Nijlen

# SPARTIATES ACADEMY



## CONTACTGEGEVENS

Aerts Herwin

0477 56 21 29

hardwig@gmail.com

www.battleready.be



## CLUBINFO

Hou je van een fysieke uitdaging? Spartiates VZW zorgt voor zware fysieke workouts waarin je gegarandeerd sterker, sneller, fitter,... zal worden. Daarbovenop leer je ook een combinatie van boksen en worstelen. Wil je het allemaal graag minder actiever? Dat kan ook met de cursus Hapkido en Tai-Chi. Hierin leer je je lichaam optimaal te gebruiken.

## TRAININGSUREN- EN DAGEN / TRAININGSGROEPEN

Op vrijdag van 18u30 tot 19u30 voor de kinderen (Hapkido)

Op vrijdag van 19u30 tot 21u00 voor de volwassenen (Spartiates / Hapkido)

Op vrijdag van 21u00 tot 22u00 voor de volwassenen (Tai-Chi)

## LOCATIE SPORTACTIVITEITEN

Sportcentrum Nijlen

Gemeentestraat 36a

2560 Nijlen

# TAEKWONDO NUNCHAKU



## CONTACTGEGEVENS

Mens Freddy

0475 39 36 30

freddy.mens@telenet.be



## CLUBINFO

Onze club biedt iedereen vanaf 7 jaar de mogelijkheid om op een ontspannende, recreatieve manier taekwondo te beoefenen. Taekwondo is niet alleen goed voor de conditie maar ook voor het zelfvertrouwen en de mentale weerbaarheid door het luik zelfverdediging. Het is een gevechts- en verdedigingsport.

## TRAININGSUREN- EN DAGEN / TRAININGSGROEPEN

Op dinsdag van 19u00 tot 21u00.

Op donderdag van 19u00 tot 21u00.

## LOCATIE SPORTACTIVITEITEN

Sporthal De Putting

Grote Puttingbaan 8a

2560 Kessel

# TAI CHI NIJLEN

## CONTACTGEGEVENS

Deferm Erwin

0484 95 63 61

taichi.erwin@gmail.com

www.taichi-herkdestad.be



## CLUBINFO

1. Wij onderwijzen in onze school de **Klassieke Yang Familie Tai Chi**, zoals deze werd gegeven in privékringen van de Yang familie. In China beoefenen miljoenen mensen iedere dag Tai Chi of Qi Gong om hun gezondheid te verbeteren en te onderhouden. De vorm bestaat uit langzame, vloeiende bewegingen die zonder inspanning worden uitgevoerd.

2. **Yan Shou Gong (YSG)**. De kunst van een lang en gelukkig leven. Dit zijn NeiGong oefeningen die de innerlijke energie snel activeren. YSG verbetert ook prestaties bij andere sporten. YSG brengt energetische therapeuten naar een hoger niveau.

## TRAININGSUREN- EN DAGEN / TRAININGSGROEPEN

Locatie 1: Op vrijdag van 19u30 tot 20u30 en van 20u30 tot 21u30.

Locatie 2: Op woensdag van 19u00 tot 20u00 en van 20u00 tot 21u00.

Beginners: Op zondag van 10u tot 11u.

Gevorderden: Op zondag van 11u tot 15u.

## LOCATIE SPORTACTIVITEITEN

Turnzaal Kerkeblokken

Kerkeblokken 7

2560 Nijlen

Parochiezaal Bevel

Bevels Heerdplein 1

2560 Bevel

# WING CHUNG



## CONTACTGEGEVENS

Vertommen Yves

0476 41 50 89

yves.vertommen@telenet.be

www.wingchunshaolin.com



## CLUBINFO

In onze traditionele Chinese sportschool staat traditie en kwaliteit vooraan. Show, uiterlijk vertoon en ego zijn hier niet te vinden. Je leert Wing Chun-Kung Fu en Shaolin Qi Gong volgens eigen kunnen, eigen niveau en eigen tempo. Voor vechters is hier geen plaats.

## TRAININGSUREN- EN DAGEN / TRAININGSGROEPEN

Voor meer details, surf naar onze website of de facebookpagina.

## LOCATIE SPORTACTIVITEITEN

Sportcentrum Nijlen

Gemeentestraat 36a

2560 Nijlen