

JANUARI -
JUNI 2026

WERKHUYS



PROGRAMMABOEKJE

werkhuis



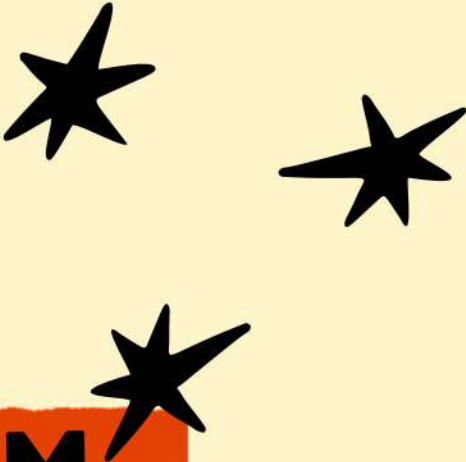


Inhoud

Welkom!	6
Wist je dat je in het Werkhuys...	8
Mensen ontmoeten	10
Cultuurkalender	14
Zaal huren	25
Gratis en goedkoop	26
STAMGAST	27
Huysbewoners	28
Voor kinderen en tieners [-15 jaar]	32
Voor volwassenen [+15 jaar]	35
Koken & eten	35
Dansen, sporten & bewegen	36
Yoga & wellbeing	49
Handwerk & spel	53
Kunst & expo	56
Theater & Woord	59
Zang en muziek	66
Praktisch	67
Colofon	70



INHOUDSTAFEL



WELKOM

HET WERKHUYS IS EEN **SOCIAAL-CULTUREEL ONTMOETINGSHUIS** IN HET HART
VAN BORGERHOUT. IN DIT BOEKJE ONTDEK JE HET PROGRAMMA.

IN HET WERKHUYS KAN JE DANSEN, SPORTEN, KOKEN, ETEN, ELKAAR
ONTMOETEN, EN NOG VEEL MEER. ER IS KEUZE VOOR **IEDEREEN**.

HEB JE **NIET VEEL GELD**? BEKIJK DAN ONZE PAGINA MET GRATIS EN
GOEDKOPE ACTIVITEITEN!

WAT VIND JE ERVAN?
HEB JE SUGGESTIES, OPMERKINGEN, OF
VRAGEN?
SPREEK ONS AAN OF LAAT HET WETEN
VIA [INFO@WERKHUIS.BE](mailto:info@werkhuis.be)!



WIST JE DAT JE IN HET WERKHUYS

Elke weekdag kan eten met een kansentarif?

Kom tussen 12:00 en 17:00 naar het Kaffee en eet homemade voor € 4,8.

... je ook vegetarisch en halal kan eten in Bar Stam?

Kijk op onze website voor het weekmenu.

... op maandag eten van de boer kunt bestellen bij de Buurderij? Bestel via

[www.boerenburen.be!](http://www.boerenburen.be)

... punten kan sparen met je A-kaart?

Alle info op <https://www.antwerpen.be>.

... elke laatste vrijdag van de maand gezellig kan eten, koken of

Nederlands oefenen tijdens de Volxkeuken?

Iedereen is welkom!

... elkaar kan ontmoeten en tuinieren in de Samentuin?

Heb je zelf geen tuin? Kom dan zeker langs, leer nieuwe mensen kennen en
geniet mee van ons grasveld.

... altijd kan komen werken, vergaderen of schrijven in Bar Stam?

Er is ook gratis wifi

... gratis kranten en tijdschriften kan lezen in Bar Stam

... oude kleren kan binnenbrengen?

Breng ze naar de Collectie aan de ingang. Info: <http://decollectieantwerpen.be/>



Het Werkhuys is er voor iedereen!

Zoek je een zaal?

Nood aan een babbel?

Wil je graag helpen?

Veel ideeën?

Kom langs en wij helpen je graag verder!

Iedereen welkom!

MENSEN ONTMOETEN

Bar Stam is er voor iedereen!

- om te eten: altijd vers, gezond en huisgemaakt!
- om te drinken: warm, koud, alcoholisch of niet
- om mensen te ontmoeten, de krant te lezen, te handwerken... Welkom!

Mooi weer? Geniet van ons prachtig terras, in de schaduw van de Boom.

Betalen? Zowel cash als met de kaart.

Maandag tot vrijdag
Van 12:00 tot 23:00
Eten tot 20:00

**bar
Stam**

Vragen?

Zie www.facebook.com/tWerkhuyts,
stuur een mailtje info@werkhuyts.be
of kom langs.

Reserveren? Voor groepen
vanaf 8 personen

VRIJWILLIGERS

Vrijwilligers zijn heel belangrijk voor het Werkhuys!

Iedereen kan vrijwilliger worden:

- Jong of oud(er)
- Als je mensen wil ontmoeten
- Als je Nederlands wil oefenen
- Met en zonder beperking

Wat doen vrijwilligers in het Werkhuys?

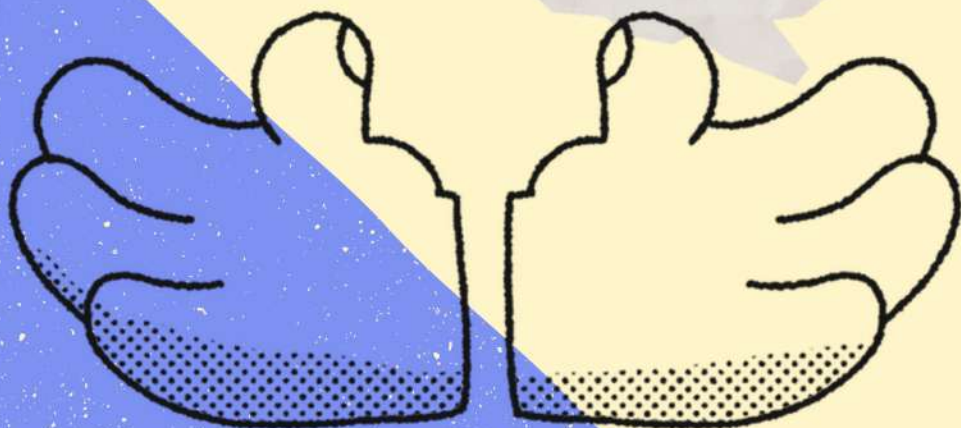
- Afwassen tijdens de Volxkeuken op vrijdagavond (om 18:00)
- Afwassen 's middags (tussen 11:30 en 15:30)
- Afwassen 's avonds (tussen 17:00 en 20:00)
- Koken tijdens de Volxkeuken op vrijdagavond (vanaf 15:00)
- Onze koer en plantjes verzorgen
- Groepen ontvangen 's ochtends
- Klusjes zoals schilderen, lampen vervangen, dingen repareren...
- Helpen in de keuken op weekdagen
- Helpen tijdens een event
- In de samentuin werken
- Toezicht bij tentoonstellingen
- Flyers en affiches posten

Wil je ook vrijwilliger worden?

Kom langs of contacteer Machteld:

machteld@werkhuys.be

03/432.42.10



SAMENTUIN 'WERKTUYN'

Werk je graag in de tuin?

Wil je mensen ontmoeten uit de buurt?

Heb je zelf geen tuin?

Ken je alles van planten en groenten?

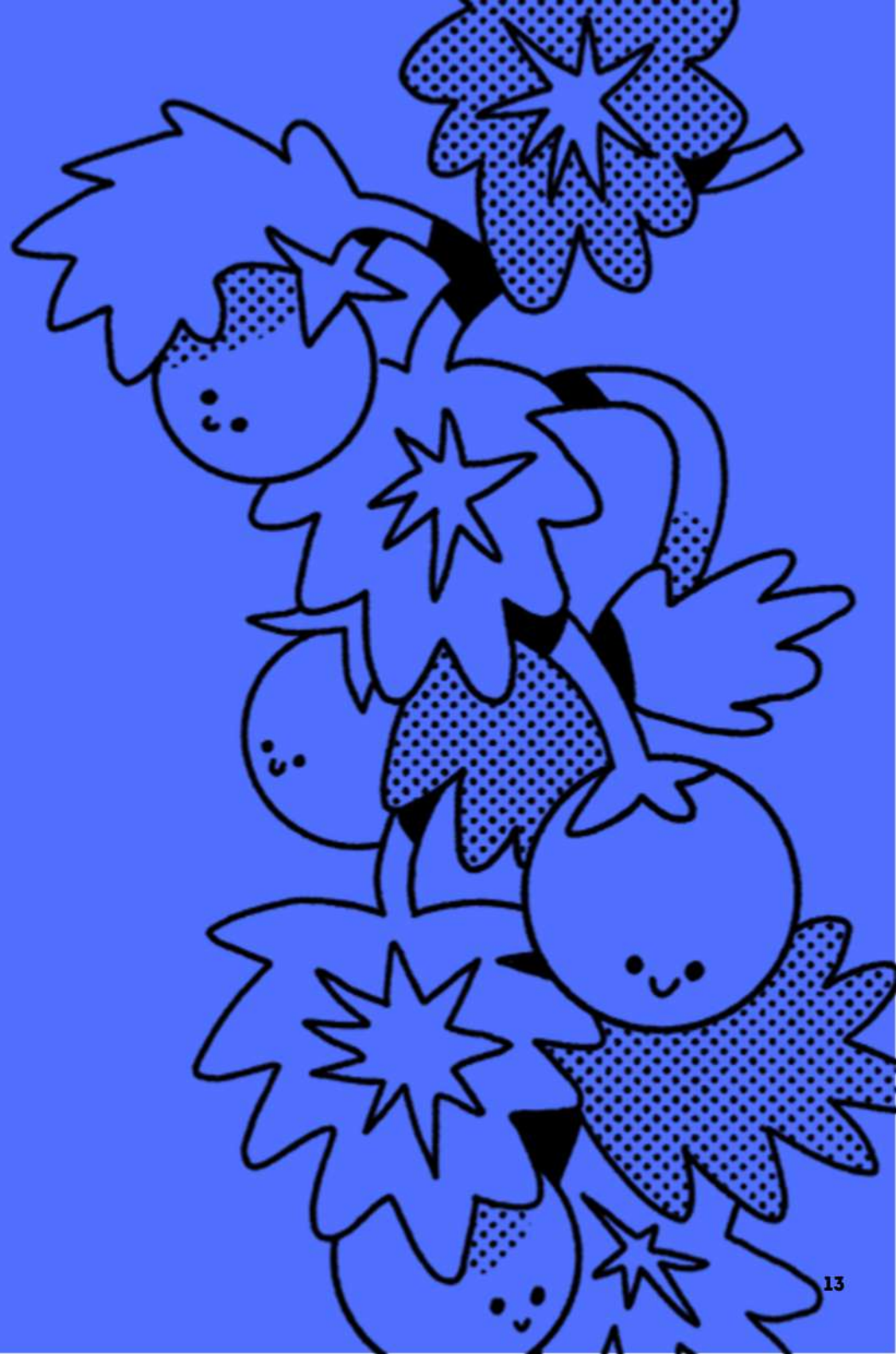
Zoek je een plek om je groen afval te sorteren?

Achter Werkhuys ligt een grote tuin waar jij ook kan komen **genieten of tuinieren**. De tuin grenst aan de Reizigersstraat en is open voor iedereen. **Vrijwilligers** uit de buurt maken er een mooie groene oase van met groentjes en fruit. We hebben ook een buurtcompost voor je groen afval.

Contacteer Machteld als je graag wil helpen:

machteld@werkhuys.be

03/432.42.10



CULTUURKALENDER

NIEUWJAARSVOLXKEUKEN

Onze Raad van Bestuur kookt een heerlijk driegangenmenu om het nieuwe jaar goed in te zetten. Reserveer je bord en vier mee met ons!



DAG : VRIJDAG 16 JANUARI
PRIJS : € 15 (INCL GLAS CAVA)
UUR : 18:30
ZAAL : BAR STAM
DOOR : WERKHUYS.BE/VOLXKEUKEN
INFO : INFO@WERKHUYS.BE

GEDICHTENDAG

Elk jaar op Gedichtendag treden de aspirant -schrijvers, -performers en -muzikanten van de Academie Borgerhout op in het Werkhuys. Elk jaar met een nieuw thema.

Op deze Gedichtendag duiken de schrijvers en songwriters van Academie Borgerhout in het thema metamorfose. Ze trakteren je in Bar Stam op teksten in allerlei vormen over groei en transformatie. Van song tot gedicht tot kortverhaal tot column... een avond vol verandering.



DAG : DONDERDAG 29 JANUARI 2026
UUR : 20:00
PRIJS : GRATIS
ZAAL : BAR STAM
DOOR : HET WERKHUYS & ACADEMIE BORGERHOUT
INFO : INFO@WERKHUYS.BE

CULTUURKALENDER

MEMORY LANE QUIZ

Op vrijdag 16 januari ontvangen we Filmhuis Klappe! in het Werkhuys!

Al enkele jaren organiseren zij een gezellige quiz die volledig draait rond **film en muziek** en in het bijzonder rond die **personen waarvan we het jaar ervoor (2025 dus) afscheid moesten nemen**.

In 2025 verloren we in de film- en muziekwereld wederom vele grootheden, bekend en minder bekend, maar allemaal even gepassioneerd bezig met hun stiel. Op 16 januari toasten we nog een laatste maal op hen, in de vorm van een geanimeerde kwis, met zowel film-, muziek- als algemene vragen en trivia! Verwacht je aan een trip down memory lane, waar we een glas heffen op al deze verloren sterren, maar wel de herinnering aan hen levend houden.

Iedereen die begaan is met figuren uit de film, muziek- en ruimere mediawereld, kunnen hun expertise deze avond etaleren! Begin je maar al te verdiepen in alle weetjes rond al deze fantastische artiesten en personages. **Dan ben je goed voorbereeld op deze entertainende avond, vol quizplezier.**

DAG : VRIJDAG 16 JANUARI

UUR : DEUREN : 19:00 // START QUIZ : 19:30

PRIJS : €25/PLOEG

ZAAL : FOYER EN THEATERZAAL

DOOR : FILMHUIS KLAPPE!

INSCHRIJVEN :

**[HTTPS://WWW.KLAPPE.BE/EVENTS/MEMORY-LANE-QUIZ/](https://www.klappe.be/events/memory-lane-quiz/)
EN BEVESTIGD NA BETALING ÉN DOORGEVEN VAN DE
PLOEGNAAM VIA: OOR.OM.OOG@KLAPPE.BE**

CULTUURKALENDER

VINYL FRIDAYS

Kom elke 1ste vrijdag van de maand naar het Werkhuys voor een gezellige avond vol muziek en sfeer! Er draait telkens een andere DJ de fijnste plaatjes, zodat je het weekend goed kunt beginnen.

Ontmoet nieuwe mensen, geniet van de muziek en laat je verrassen door de unieke vibes die iedere DJ met zich meebrengt.

6/02 = Vinyl Vroeg Feestje - door FUS! en Improbeest! Community & vriendjes

6/03 = EL ROCCO 's One Man DJ Team - // GLITTER & NOISE //

03/04 = Adriaan (TBC)

5/06: A'Nouchka

DAG : EERSTE VRIJDAG VAN DE MAAND

UUR : 18:00 TOT 22:00

PRIJS : GRATIS

ZAAL : BAR STAM

DOOR : HET WERKHUYS

INFO : [INFO@WERKHUIS.BE](mailto:info@werkhuis.be)



CULTUURKALENDER

LIVE MUZIEK OP VRIJDAG

Vanaf februari staat er elke tweede vrijdag van de maand **lokaal talent op ons podium** in het café. Zet je weekend goed in met een apéro, een lekkere maaltijd en live muziek.

Vrijdag 13/2: Grondstof - Slowcore

Vrijdag 13/3: Handkerchief - een mix van Rock 'n Roll, Blues, Ska, Gypsy, en meer

Vrijdag 8/5: Lyra Messier - Dansmuziek voor introverts

Vrijdag 12/6: Sara Della Santa - Alternative, Grunge, Pop-Rock



DAG : 2DE VRIJDAG VAN DE MAAND

UUR : 20:00

PRIJS : GRATIS

ZAAL : BAR STAM

DOOR : HET WERKHUYS

INFO : [INFO@WERKHUYS.BE](mailto:info@werkhuis.be)

CULTUURKALENDER

JEUGDBOEKENMAAND

In maart 2026 gaat er een nieuwe Jeugdboekenmaand van start.
Dit keer is het thema... Dieren. Kom langs in het Werkhuys voor leuke activiteiten voor kinderen van 6 tot 12 jaar!

Vrijdag 6/3 van 16:00 tot 18:00: Luisterverhalen op Vinyl, met ANNIE DJ SCHMIDT!

Zondag 15/03 van 11:00 tot 17:00: Boekenmarkt en Repair-je-kapotte-knuffels-café



DAG : 6 MAART & 15 MAART
PRIJS : GRATIS
DOOR : HET WERKHUYS
INFO : INFO@WERKHUYS.BE

REPAIRCAFÉ EN BOEKENMARKT

Laat je kapotte spullen herstellen tijdens ons **Repaircafé**. Onze vaklui herstellen je fiets, elektro, kledij of computer, in ruil voor een babbel.

Kom kuieren en snuisteren op de **boekenmarkt**. Boeken, strips, graphic novels, en alles wat leesbaar is, ter ere van Jeugdboekenmaand! **Wil je zelf iets verkopen?** Laat het weten via info@werkhuis.be



DAG : ZONDAG 15 MAART 2026
UUR : 11:00 TOT 17:00
PRIJS : GRATIS
DOOR : WERKHUYS
INFO : INFO@WERKHUYS.BE

CULTUURKALENDER

ELDERS ANDERS - TRY OUT

Twee onverwachte passanten komen binnenwaaien van Elders Anders. Hun missie? Harten die een barst, een kler of een beetje stof verzameld hebben, opnieuw laten glimmen. Met ongebruikelijke logica, zachte chaos en een vrolijke knipoog zoeken ze contact, troost en vonkjes warmte die soms verstopt zitten in de loop van dingen.

Elders Anders is een interactieve voorstelling voor mensen met dementie en al hun naasten - klein of groot - en nodigt uit om even stil te vallen, te glimlachen en elkaar terug te vinden.

DAG : DINSDAG 28 APRIL OM 13:30

PRIJS : GRATIS

DOOR : ROESTGROEP

INFO : [HTTPS://ROESTGROEP.BE/VROEGER-1/SOCIAAL-EN-ARTISTIEK/](https://roestgroep.be/vroeger-1/sociaal-en-artistiek/)

RESERVEREN : [INFO@WERKHUIS.BE](mailto:info@werkhuis.be)

IN DE SCHADUW DOOR OPEN DOEK (AGE ON STAGE DRIE)

"Wat, hoe, waar, wanneer, wanneer ben je een held? Enkel in het middelpunt? Of ook in het schaduwveld?"

Met en door:

Amber Michiels, Ilse Van Halewyck, Janke D'Hondt, Karlo Keersmaekers,
Marian van Vliet, Marleen Brion, Wim Verlinden

DAG : VRIJDAG 30/01 OM 20U00

ZONDAG 1/02 OM 15U00 EN OM 17U00

PRIJS : €5 (RESERVEREN, VRIJ TE KIEZEN PLAATSEN)

INFO : [HTTPS://WWW.OPENDOEK.BE/](https://www.opendoek.be/)

CULTUURKALENDER

FEEST VAN DEN BOOM

Gratis feest voor groot en klein, jong en oud, krom en recht, en alles daartussen!
Kom vieren onder onze Boom, met leuke workshops, live muziek, kunst, lekker en drinken, en meer!

Op het programma dit jaar: DJ Kwel en Lala Lie, Ode aan de Boom door Nouha Rannoun, Expo 'Back to the Roots' door de Art Club Borgerhout, grime door Moving Ground, volxkeuken en meer!



DAG : VRIJDAG 1 MEI
UUR : 14:00 - 22:00
PRIJS : GRATIS
DOOR : HET WERKHUYS
INFO : INFO@WERKHUYS.BE

REUZENLOOP

Ook dit jaar passeert de Reuzenloop langs het Werkhuys! Trek je sportschoenen aan en doe mee! Het café is geopend tijdens het event, dus je kan de sportievelingen ook komen aanmoedigen met een drankje.



DAG : ZONDAG 10 MEI
DOOR : DISTRICT BORGERHOUT
INFO : WWW.BORGERHOUT.BE/REUZENLOOP

CULTUURKALENDER

COLLECTIEF CHANTAL SPEELT CONGRESSION

Be inspired, moved, engaged by the biggest names you've never heard of

Welkom op Congression!

Hier komen we samen om ideeën uit te wisselen - eendachtig is prachtig - en om jouw idee te veranderen natuurlijk.

Dat is een heel proces - dat weten we - maar kritiek geven zonder alternatief is altijd gemakkelijk.

Congression is een voorstelling in de vorm van een panelgesprek.

Een Ideale gelegenheid voor mensen met ego's om hun visie op de wereld te etaleren. Wie heeft gelijk? Wie roept het hardst?

En wie blijft gefrustreerd achter?

In dit komisch-kritische, muzikaal-satirische, dol doorgedraaide gesprek beantwoorden we de Grote Vragen die er in de samenleving spelen - niet.

Wel tonen we hoe we dat vaak op een o zo menselijk tragische wijze proberen te doen.

DAG : DONDERDAG 28 MEI
VRIJDAG 29 MEI
ZATERDAG 30 MEI

UUR : 20:00

PRIJS : €2.5 (KANSENTARIEF) OF €8 OF €12 (PAY WHAT YOU CAN)

DOOR : COLLECTIEF CHANTAL

INFO : COLLECTIEFCHANTAL@GMAIL.COM

CULTUURKALENDER

BORGERRIO

Borgerrio, het gratis & uniek stadsfestival vol diversiteit met zon, lekker eten, mooie dames, exotische geuren, muziek en zo veel meer. Bar Stam is de ideale plek om even tot rust te komen... Op en rond de Turnhoutsebaan.

DAG : ZATERDAG 20 JUNI 2026

UUR : BAR STAM OPEN VAN 11:00 TOT 18:00

PRIJS : GRATIS

DOOR : BORGERRIO

INFO : [ANTWERPEN.BE/NL/OVERZICHT/BORGERRIO](https://antwerpen.be/nl/overzicht/borgerrio)

CULTUURKALENDER

ZOMERFEEST

De laatste Volxkeuken voor de zomer! Dat vieren we met een heerlijke maaltijd en live muziek.



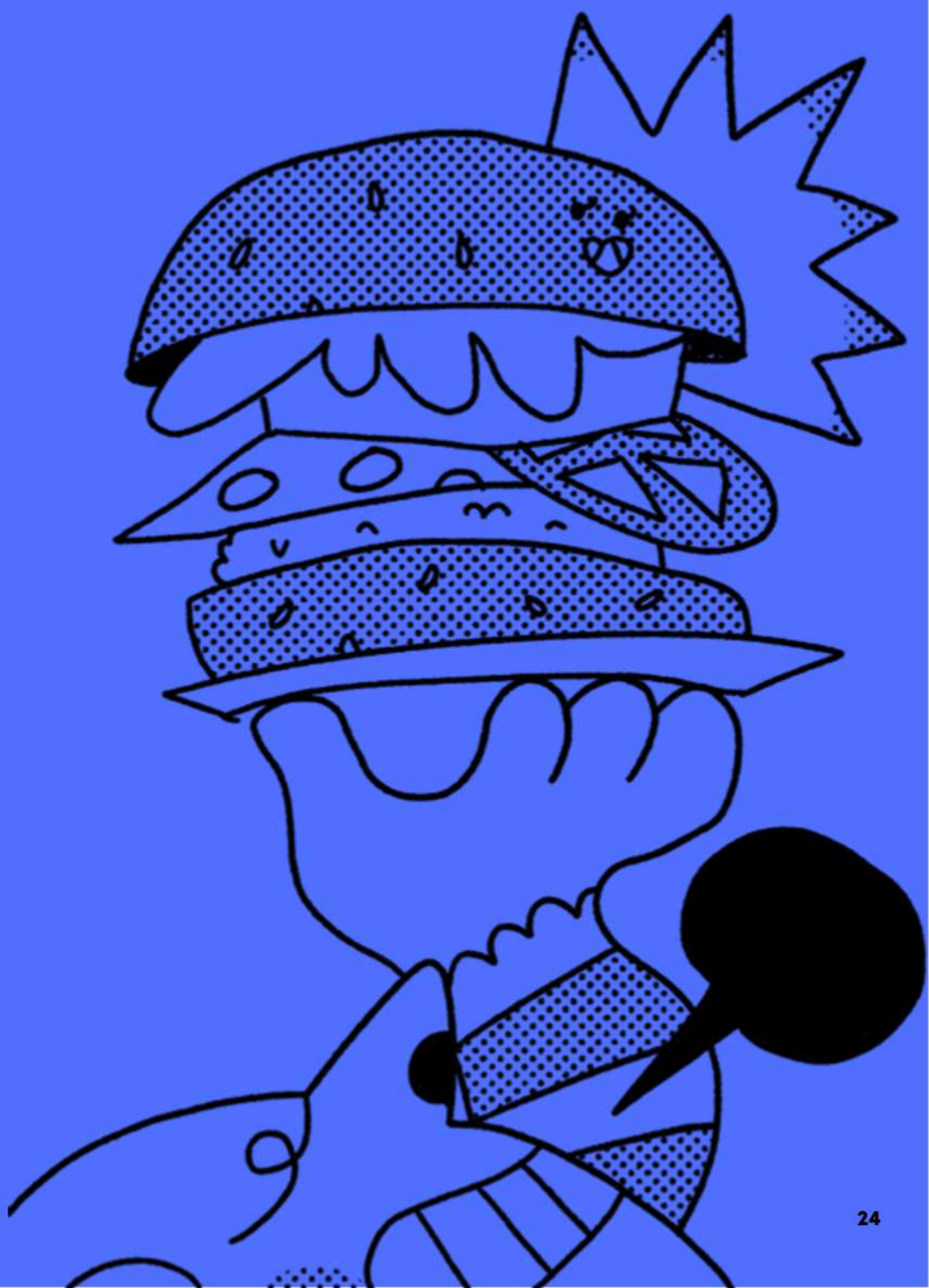
DAG : VRIJDAG 26 JUNI
UUR : 18:30 VOLXKEUKEN, 20:00 LIVE MUZIEK
PRIJS : 9 EURO OF 4,80 EURO KANSENTARIEF
DOOR : HET WERKHUYS
INFO : [INFO@WERKHUYS.BE](mailto:info@werkhuis.be)
RESERVEREN VOOR DE VOLXKEUKEN VIA:
WWW.WERKHUYS.BE/VOLXKEUKEN

LINDY HOP DANSAVOND

Dans je benen los met Lindy Hop, een swingende dans uit de jaren '30! Op voorhand kan je de juiste passen leren met een initiatie Lindy Hop door Dancing Sophie



DAG : VRIJDAG 19 JUNI
UUR : 19:30
ZAAL : THEATHERZAAL
PRIJS : GRATIS
DOOR : DANCING SOPHIE
INFO : WWW.DANCINGSOPHIE.BE



ZAAL HUREN?

Keuze uit meer dan 10 zalen:

- groot of klein
- betaalbaar
- met / zonder spiegels
- met / zonder stoelen - tafels
- met / zonder geluidsinstallatie

Voor dansen, sporten en beweging:

- danszalen met zwevende vloeren + spiegels
- zolder voor 'stille' activiteiten
- mobiele dansbaren

Voor tentoonstellingen, grote evenementen:

- koepelzaal met ophangsystemen en mobiele panelen

Voor kleine recepties en feestjes:

- Bar Stam : enkel te huur op zaterdag en zondag
- een fuif of trouwfeest kan niet

Voor theater, circus, grote evenementen:

- theaterzaal met podium
- foyer met bar en keuken

Voor workshops, vergadering, lezing, bijeenkomst:

- zaal 12 en tussenlokaal met tafels en stoelen
- foyer met keuken en bar
- salon met comfortabele zetels
- muzieklokaal
- beamer en muziekbox ter beschikking

PRAKTISCH:

Kijk op www.werkhuys.be voor foto's, afmetingen en meer info per zaal.

Wil je één van de zalen huren?
Heb je vragen of suggesties?
Wil je een zaal bekijken?

Contacteer ons:

- via telefoon: 03/432.42.12

- via mail: info@werkhuys.be

- via website: <https://www.werkhuys.be/zalen>

GRATIS EN GOEDKOOP

De maaltijden en drankjes in Bar Stam zijn niet zo duur.

Met kansentarif eet je soep en een hoofdmaaltijd voor 4,8 euro. Er is altijd gratis water.

Je kan ook heel veel activiteiten gratis of met korting doen in het Werkhuys.

Gratis en leuk?

Zet deze activiteiten zeker in je agenda! (+15j)

Mensen ontmoeten

- Eten en drinken in Bar Stam
- Vrijwilliger worden
- Samentuin "Werktuyn"
- Vrijtijdsloket: elke eerste maandag van de maand

Cultuurkalender

- Vinyl Fridays: elke 1e vrijdag van de maand
- Live muziek: elke 2e vrijdag van de maand
- Repaircafé op zondag 15 maart

Muziek en zang

- Live optredens in Bar Stam
- Vinyl Fridays in Bar Stam

Heb je niet veel geld?
Geen probleem!

Dansen, sporten en bewegen

Alle lessen van Sport en Beweeg Mee

Theater en woord

Samen Lezen op dinsdag

Koken en eten

- Volxkeuken als taal oefenkans: laatste vrijdag van de maand
- Kerstfeest met SAAMO op vrijdag 19 december

Handwerk en spel

- Playtime: gezelschapsspelletjes spelen in Bar Stam
- Boho kaarters: samen kaarten in Bar Stam

Kunst en expo

Art Club Borgerhout voor jongeren op maandag
Gratis tentoonstellingen in de Koepelzaal

**IEDEREEN IS WELKOM
IN 'T WERKHUYS!** 26

STAMGAST

Het Werkhuys heeft een eigen huysbier: De Stamgast. Het bier werd gebrouwen door Brouwerij Cabardouche, naar aanleiding van 25 jaar Werkhuys. Kom langs in Bar Stam en proef ons nieuwe bier!

De Stamgast is een lichtbittere, fruitige IPA.
Drink hem met mate en maten en kom thuis.

Meer info vind je op onze nieuwe (!) website:
<https://www.werkhuys.be/van-het-huys>



HUYSBEWONERS

HET WERKHUYS HEEFT ENKELE VASTE
BEWONERS EN ARTISTS IN RESIDENCE.

WERELD VAN RAYAAN

De Wereld van Rayaan organiseert activiteiten voor kinderen en jongeren met een functiebeperking of ASS / HSP.

Ze streven naar een warme en inclusieve samenleving die blijk geeft van acceptatie en verbinding en waarin diversiteit en inclusie een evidentie en een meerwaarde is.

Dag : Zaterdag
voor wie : 5 tot 15 jaar
prijs : gratis
info : info@dewereldvanrayaan.be

BRAKE-OUT

Brake-Out, dat zijn **talent- en leertrajecten** voor jongeren met een verstandelijke beperking, ASS of NAH. Bij Brake-Out bouwen jongeren aan een toekomst met pit, waarin ze zelf hun leven in handen nemen.

Op woensdag, donderdag en vrijdag kan je de Brake-Outers in 't Werkhuys vinden.

Dag : woensdag, donderdag en vrijdag
info : <https://konekt.be/nl/brake-out>

A FUTURE FORCE

Vanuit de hiphopfilosofie "Each One Teach One" werkt A Future Force samen met **jongvolwassenen aan expressie, ritme en verhaal**. In co-creatieprojecten verkennen deelnemers hoe woorden, beweging en muziek elkaar versterken.

Geen schoolse les, maar een creatieve ruimte waar **flow, identiteit en samenwerking** centraal staan. Voor een helderder toekomstbeeld.

Meer info: <https://www.instagram.com/afutureforce/>

SPORTING A - VRIJETIJD SBEMIDDELAARS



Woon je in Borgerhout? Heb je hulp nodig om leuke en goedkope cultuur-, sport- of familieactiviteiten te vinden?

Ben jij op zoek naar vrijetijdsactiviteiten voor jezelf, of voor je kinderen?

Of begeleid je als hulpverlener een cliënt rond vrije tijd?

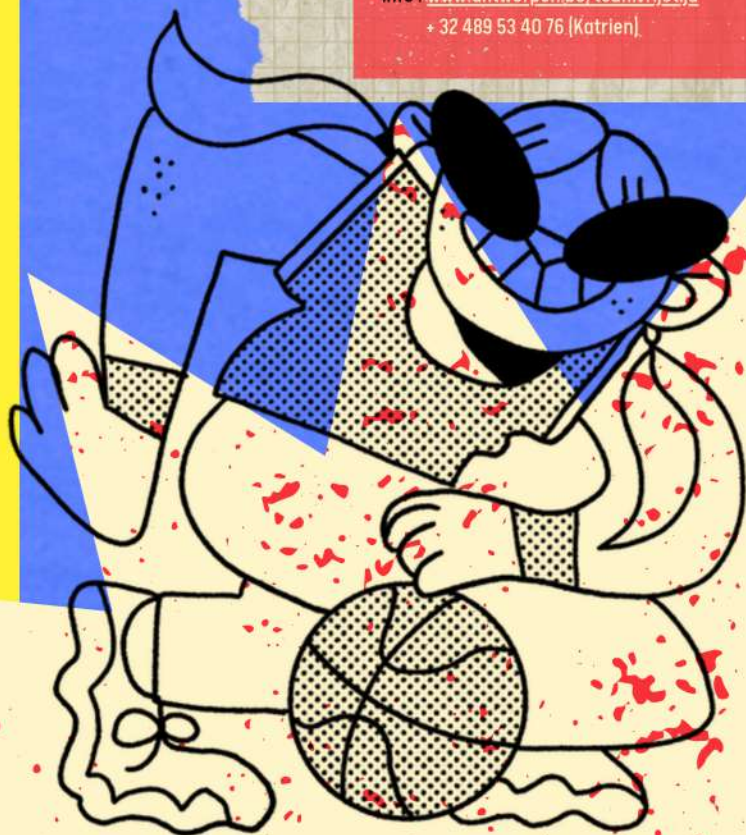
Team Vrije tijd leidt toe naar een gepaste cultuur-, sport- en jeugdactiviteiten in Borgerhout.

Dag : Op donderdag en vrijdag in 't Werkhuys (na afspraak)

Wie : Katrien Verhaegen

Info : www.antwerpen.be/teamvrijetijd

+ 32 489 53 40 76 (Katrien)



SILKE WOSSMANN

Silke Wossmann streeft in haar werk als woordkunstenaar, filosoof en multidimensionaal creatieveling naar recepturen voor geluk en collectieve tevredenheid, ervan overtuigd dat zuivere autonomie en gelijkheid hand in hand gaan. In plaats van 'uitwaarts' met de vinger te wijzen, waar sociale media van overlopen, gaat Silke inwaarts de verbinding aan met zichzelf en ons allemaal.

In het Werkhuys gaat ze aan de slag met haar woorden en schrijven als Artist in Residence. Met radicale zachtheid ontsluit ze gekende denkpatronen en belicht nog verscholen vraagtekens, waar haar journalistieke achtergrond eigenzinnig in nazindert.

NOUHA RANNOUN

Rannoun Nouha is een Mechelse Marokkaanse multidisciplinaire maker. Haar werk ademt tussen woord, klank en beweging – tussen wat gezegd wordt en wat onuitspreekbaar blijft.

In haar praktijk onderzoekt Nouha taboe'n: een woord dat in het Arabisch "vrouwelijk geslachtsdeel" betekent, maar ook alles omvat wat verborgen of verzwegen is.

Tussen die stilte en die kracht zoekt ze taal voor haar queer lichaam, haar ergoed, haar adem. Wat niet mocht bestaan, krijgt in haar werk een vorm. Een stem. Een lichaam.

STADSJUTTERS - BIRDS

Birds is een nieuwe sociaal-artistische organisatie uit Antwerpen. Ze benaderen maatschappelijke vraagstukken zoals leefbaarheid, welzijn, migratie vanuit een artistiek oogpunt. Via participatieve projecten brengen ze kunstenaars en deelnemers samen om verhalen, materialen en nieuwe ideeën vorm te geven. Vanuit een open en speelse aanpak verkent Birds hoe kunst kan bijdragen aan een meer zorgzame, inclusieve en leefbare wereld.

Stadsjutters is een participatief kunstproject waarin buurtbewoners en kunstenaars samen de straat op trekken om afval en vergeten objecten te verzamelen. De gevonden materialen en sociale interactie worden omgezet in beeldende kunst en poëzie. In het Werkhuys gaat Stadsjutters van start in Borgerhout met groepsgesprekken, zwerfvullacties en vorm-experimenten rond verloren voorwerpen.

COLLECTIEF CHANTAL

Collectief Chantal is een nieuw collectief spelers onder leiding van Elise Linsen. Ze leerden elkaar kennen bij CampusToneel, het huisgezelschap van de KU Leuven. Het werk van Elise focust op de dunne lijn tussen humor, absurdisme en herkenbaarheid. Ze gaat het liefst aan de slag met socio-politieke of maatschappelijke thema's. De andere spelers in het collectief hebben een achtergrond in taal en literatuur, culturele studies en psychologie.

Samen werken ze aan muzikaliteit in tekst en stem. Ze verbeelden graag groteske personages die zich navigeren in een collage van verschillende stijlen. Zo wil het Collectief op een eigenzinnige en speelse manier complexe thema's tonen. Tijdens hun residentie in het Werkhuys gaan ze experimenteren met de vorm van een panelgesprek op een conferentie.

VOOR KINDEREN EN TIENERS (-15 JAAR)

BREAKDANCE MET MOVES

Tijdens deze breakdance lessen leer je **verschillende skills** aan. Elke B-boy en B-girl kan op eigen niveau oefenen en bijleren.

Breakdancers die meer willen, worden klaargestoomd om deel te nemen aan **breakdance battles**.

Dag : Zaterdag

Uur : 9:45 tot 10:45 (breakdance 6+)

10:50 tot 11:50 (breakdance 8+)

12:00 tot 13:00 (breakdance 11+)

Zaal : Balletzaal

Door : Moves Borgerhout

Vanaf : 10 januari

Info en inschrijven : www.dansstudiomoves.be

moves.antwerpen@gmail.com

0474/65.99.25 (Lylou)

KNALLEND KIDSLAB

Zin in een dag vol ontdekkingen, plezier en creativiteit? Tijdens het Kidslab duiken we in een knallend avontuur met telkens een nieuw thema. We bouwen, knutselen, spelen en experimenteren, alleen of samen, binnen én buiten. Een speelse mix van fantasie, actie en doen!

🌸 Krokusvakantie - "De kleine handelaars": maandag 16 februari van 9u30 tot 16u30

🌿 Paasvakantie - "Buitenluchtontdekkers": dinsdag 7 april van 9u30 tot 16u30

Dag : Krokus- en paasvakantie

Uur : 9:30 tot 16:30

Zaal : Foyer

Leeftijd : Van 6 tot 12 jaar

Info : <https://www.jeugdcultuurenwetenschap.be/>

VOOR KINDEREN EN TIENERS (-15 JAAR)

BOLLYWOOD DANCE MET BOLLYFIT ANTWERPEN

Bollywood-dansstijl is een vrije vorm van dansstijl, de naam komt van de Indiase Bollywood-filmindustrie. Als je kind graag beweegt, kom dan zeker Bollywood proberen. Dit geeft je de vrijheid om van dans te genieten maar ook technieken en ritme te leren.

Nikita, de choreograaf en oprichtster van Bollyfitantwerp, werkt met verschillende basisscholen en geeft Bollywood-danslessen.

Dag : Zaterdag

Uur : 9:30 tot 10:30 [6 tot 10 jaar]

Zaal : Theaterzaal

Prijs : €7/les

Door : Nikita Singla

Info : Bollyfitantwerp@gmail.com - 0467/693.968 Facebook en Instagram- @Bollyfitantwerp

HIPHOP KIDS (6 - 12 JAAR)

Bij Hiphop Kids draait alles rond bewegen, ontdekken en vooral: plezier maken. De dansers kunnen zich dankzij de energieke sfeer helemaal uitleven, en we werken samen aan toffe hiphop choreografieën. Een ideale les voor kinderen die niet graag stilzitten, houden van coole muziek en graag nieuwe dingen uitproberen.

Dag : Maandag van 17:30 tot 18:30

Uur : 9:30 tot 16:30

Zaal : Dansstudio

Door : Dance Till Dawn

Info : <https://www.dancetilldawn.be/> manouswinnen@gmail.com

VOOR KINDEREN EN TIENERS (-15 JAAR)

CIRCUSKAMP DOOR YANIMO

Een openbloeien in dooiende lente en volle zomer, al spelend ons eigen circus maken.

Al spelend bouwen met piramides, evenwicht, jongleren en trapeze als hoogtepunt. Onverstoorbaar kinderplezier en op het een einde voorstelling.

Dag : Maandag 6/04 tot vrijdag 10/04 – Voorstelling vrijdag om 14u00

Uur : 9:00 tot 16:00 (30' voor- en nabewaking)

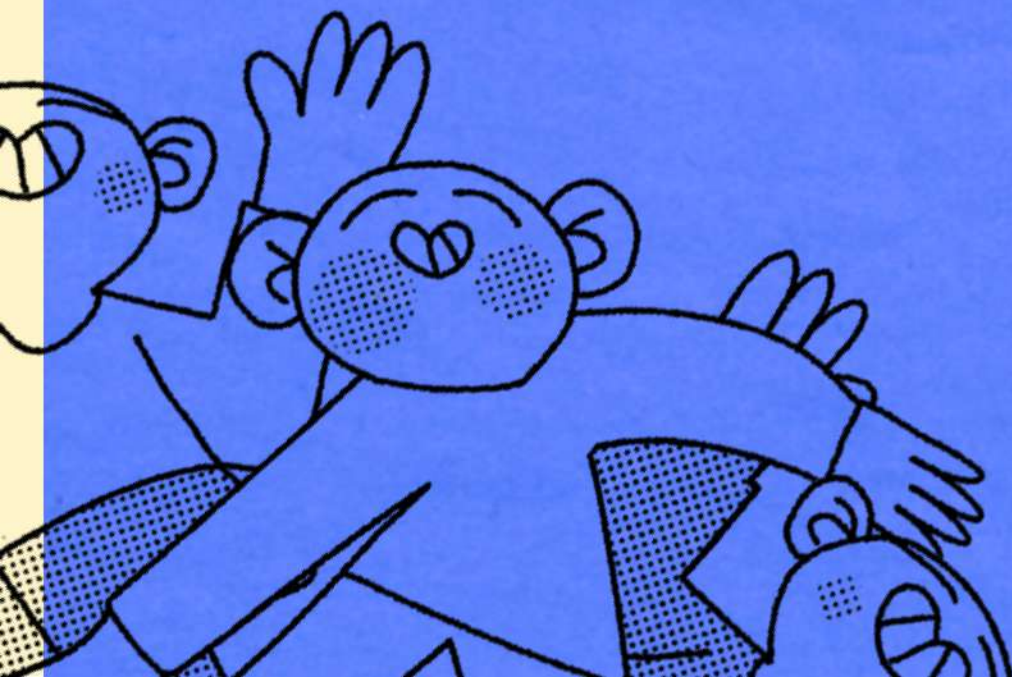
Zaal : Theaterzaal

Prijs : €150 (korting: €40 brøer/zus)

Voor : Van 6 tot 14 jaar

Door : Nikita Singla

Info : yanimo@scarlet.be of 0472/244.790 www.Yanimo.be



VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

VOLXKEUKEN ALS TAALOEFENKANS

KOKEN
&
ETEN

Geen zin om te koken op vrijdag?

Kom dan lekker bij ons eten!

Elke laatste vrijdag van de maand koken onze vrijwilligers die Nederlands oefenen.

Reserveer op voorhand je bord via www.werkhuys.be

Wil je graag helpen?

- Wil je je Nederlands oefenen en heb je niveau 1.2?
- Wil je anderen helpen om Nederlands te oefenen?
- Kook je graag?
- Wil je mensen leren kennen?
- Laat iets weten!

Na de volxkeuken kan je vaak genieten van een optreden, voorstelling, vertelling, ... Hou onze kalender in het oog!

Dag : Elke laatste vrijdag van de maand [niet in schoolvakanties]

Uur : Om 15:00 koken

Om 18:30 eten [iedereen]

Zaal : Bar Stam

Prijs : €9 (of €4,8' kansentarief)

Menu : www.werkhuys.be

info : info@werkhuys.be



VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

ZUMBA LIGHT

ZUMBA is een combinatie van fitness en dans. Je beweegt op Latijns-Amerikaanse muziek. Zumba Light is voor deelnemers die de les graag rustiger volgen.

**DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN**

Dag : Maandag van 14:15 tot 15:15

Zaal : Balletzaal

Prijs : € 70 per lessenreeks (€ 14 met kansentariet)

Door : Kamilar

Vanaf : Maandag 19 januari

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

BOLLYWOOD FUNK

Bollywooddans zijn zowel hand-, draai-, en heupbewegingen. Deze dans is kleurrijk, divers, boeiend en heel vrouwelijk.

Dag : Maandag van 18:00 tot 19:00

Zaal : Balletzaal

Prijs : € 70 per lessenreeks (€ 14 met kansentariet)

Door : Nikita

Vanaf : Maandag 19 januari

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

SHAKUMA

**DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN**

Shakumafitness is een Afrikaanse danswork-out die eenvoudige danspassen combineert met aerobicsoefeningen.

De oefeningen gebeuren op het ritme van afrobeatmuziek en pakken zowat alle spieren in je lichaam aan

Dag : Dinsdag

19:00 tot 20:00 [Shakuma BBB]

20:00 tot 21:00 [Shakuma]

Prijs : € 70 per lessenreeks (€ 14 met kansentarief)

Zaal : Balletzaal

Door : King Franky

Vanaf : Dinsdag 20 januari

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

AUTHENTIEKE INTUÏTIEVE DANS (DI/WO) EN STEMBEVRIJDING (WO 2WKLS) O.L.V. JESSY DRIESSENS

We onderzoeken de relatie tussen lichaam, geest, stem en natuurelementen.

Scherp je zintuigen aan door:

- Authentiek bewegen
- Rituele dans
- Intuïtieve dans
- Stembevrijding
- Danstheater
- Butoh
- Lichaamsbewustzijn
- Improvisatie
- Creatie

Er wordt soms ook gewerkt met live muziek & sound (healing)!

Welkom aan iedereen die zij/haar verhaal wil omzetten in beweging. Geen ervaring vereist.

Dag : Dinsdag en/of woensdag

Uur : 20:00 tot 22:00

Prijs : Per reeks (€25 proefles)

Zaal : Dapsstudio en Kaepelzaal

Door : Jessy Driessens

Info : jessdanstheater@telenet.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

KENNISMAKINGSMOMENTEN : di 6 en/of woe 7 januari

(inschrijven per mail)

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

HEELS WITH FEELS

No more Monday blues! Elke maandag trekken we onze hakken aan en droppen we *all the feels* op de dansvloer. Het prachtige licht van de spots brengt je meteen in je element, op sensuele R&B, oldschool hip hop of poppy beats. Iedere week bouwen we aan een nieuw deel van een choreografie (1 dans = 2 lessen). Inschrijving via de website highheelsantwerp@gmail.com of rechtstreeks via de gratis Bsport app en de zoekfunctie 'Heels with Feels'.

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

Dag : Maandag van 20:00 tot 21:30

Zaal : Theaterzaal

Prijs : €150/10 urenkaart & €17/proefles

Vanaf : 1 september

Door : Leen Vdb

Info : highheelsantwerp@gmail.com

FLAMENCO

Flamencoschool Lunar geeft flamencodans. Stap in een wereld vol expressie en ritme. We werken aan je houding, conditie en goed gevoel! Ben je een beginner of wil je verder verdiepen in deze prachtige dans? Er zijn lessen op alle niveaus.

Bij de hogere groepen is er live gitaarbegeleiding.

Dag : Maandag

Uur : 18:15 tot 19:15 (beginners)

19:15 tot 20:15 (gevorderden)

20:20 tot 21:20 (middengroep)

Zaal : Zaal 7

Door : Flamencoschool Lunar

Vanaf : 5 januari

Info : vzwlunar@gmail.com of www.lunervzw.com

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

HOOP IT OUT

Stap in de wereld van **hoelahoepen**. Ontdek de vreugde van beweging en leer nieuwe technieken. Reserveer nu je hoepel en maak je klaar om jezelf hoepelend naar een goed gevoel te brengen! Gratis proefles mogelijk.

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

Dag : Maandag

Uur : 19:00 - 20:30

Zaal : Foyer

Prijs : €60 (5-beurten kaart)

Door : Celine - Hoop It Out

Vanaf : 5 januari

Info : info@hoopitout.be

LINDY HOP

Lindy Hop is een **swingende partnerdans** uit de jaren 1930 en 1940. Je leert deze energieke dans van Dancing Sophie en Ivo. Je kan kiezen tussen **verschillende niveaus**.

Dag : Dinsdag

Uur : 18:00: 2de jaars (vervolg reeks)

19:00: Beginners (vervolg reeks)

20:00: Gevorderden (vervolg reeks)

21:00 Balboa Beginners (vervolg reeks)

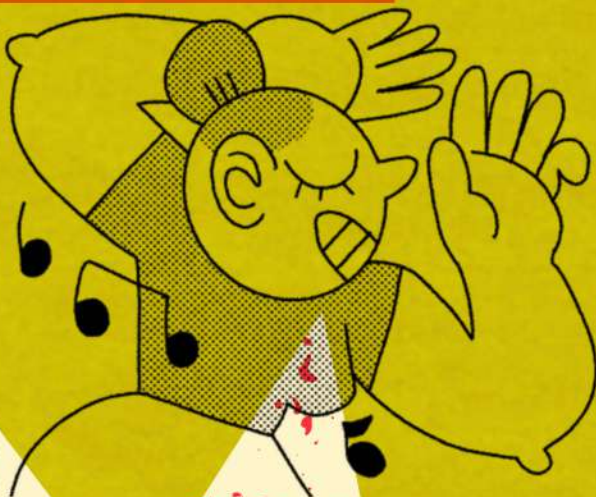
Zaal : Theaterzaal

Door : Dancing Sophie

Vanaf : 6 Januari

Info : www.dancingsophie.be of 0496 46 76 51

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)



DANCEHALL

**DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN**

Dancehall is een Jamaicaanse dansstijl gaande van Old School Dancehall met roots in Ska, tot New School Dancehall met Hiphop invloeden, tot FemaleDancehall met booty technieken zoals twerk en whining. Dans je graag op Dancehall muziek van artiesten zoals Spice, Shenseea, Popcaan of Sean Paul, of op Afrobeats? This is your place to be!

Bij Mood hebben we vooral veel plezier, komen we uit de comfort zone en zijn onze lessen een safe(r) space.

Kom eens gratis een les proberen!

Dag : Dinsdag

Uur : 19:00 tot 20:30: open level

20:30 tot 22:00: open training = gratis

Zaal : Foyer

Door : Mood Collectiv

Vanaf : Dinsdag 6 januari tot 23 juni

Info : mood_collectiv op Instagram

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

BRAZILIAANSE ZOUK

Ervaar een koppelsdansstijl vol connectie, flow en creativiteit. Zouk brengt je samen, laat je vrij bewegen en geeft je plezier!

Waarom Zouk?

- Warme, inclusieve community
- Muziek van R&B, pop, raggaeton tot lyrical
- Expressieve moves: bodywaves, spins, head-movement en meer - Techniek én fun in één les

**FREE TRY-OUT
OP 6/01 OM
21:00!**

**DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN**

Dag : Dinsdag

Uur : 20:00 tot 21:00 (intermediate)

21:00 tot 22:00 (beginners)

Zaal : Zaal 7

Door : Zouk Lab Antwerp

Vanaf : 6 Januari

Info : Zouklab.be / FB: Zouk Lab Antwerp /

WhatsApp: 0494/07 43 53

HIPHOP EN COMMERCIAL AFTER WORK

Op het einde van de dag je hoofd leegmaken en genieten van samen dansen? In Hiphop & Commercial After Work draait het om jezelf (kunnen) zijn. We combineren hiphop en commercial stijlen in toegankelijke choreo's die je zelfvertrouwen een boost geven. Je hebt geen ervaring nodig, enkel zin om samen te dansen!

Dag : Maandag

Uur : 18:30 tot 19:30: Hiphop & Commercial After Work Open Level

19:30 tot 20:30: Hiphop & Commercial After Work Open Level

20:30 tot 21:30: Hiphop & Commercial After Work Open Level

Zaal : Dansstudio

Door : Dance Till Dawn

Vanaf : 5 Januari

Info : <https://www.dancetilldawn.be/> manouswinnen@gmail

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

PAALDANSLES

Paaldansen is veel meer dan rond een paal draaien. Het is een **complete work-out**.

Verleg je grenzen en ontdek je krachten tijdens een paaldansles.

Iedereen kan leren paaldansen. Er zijn verschillende niveaus, van pole intro tot intermediate 1 en 2.

Nog niet zeker? Volg dan eerst een **proefles!** **Onze proeflesagenda vind je op de website www.paaldansles.be**

Organiseer je een vrijgezellenfeestje, vriendenuitje, bedrijfsincentive, ...? Dan kan je bij ons terecht voor een **workshop** Paaldansen die een flinke dosis fun garandeert!

Dag & Uur : Donderdag van 19:00 tot 22:00

Zaterdag van 10:30 tot 17:30

Zondag van 13:00 tot 17:30

Zaal : Zaal 7

Prijs : Pole Intro 165€

Met al wat kennis: beurtenkaartjes 10 lessen/165€

Vanaf : Zondag 8 januari

Info : Paaldansles

info@paaldansles.be

Dag & Uur : Woensdag

Via Sporting A

Van 9:45 tot 11:00 (Pole Intro)

Van 11:00 tot 12:30 (gevorderden)

Zaal : Zaal 7

Prijs : € 87,50/105 per lessenreeks

(€17,50/21 met kansentarif)

Met al wat kennis: beurtenkaartjes 10 lessen/165€

Door : Karin - Paaldansles

Vanaf : 21 september

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

DANCE TO YOGA

Bij Dance to Yoga dans je met de elementen: aarde, water, lucht, vuur, ruimte.
Soms ingetogen, soms uitbundig, steeds op blote voeten, in contact met de aarde,
met je hartslag, ademhaling en in verbinding met elkaar.

Dag & Uur : Woensdag van 11:00 tot 12:00

Zaal : Balletzaal

Prijs : € 70 per lessenreeks (€ 14 met kansentartief) - ook per
keer via losse lessen: € 5 per les (€ 1 met kansentartief)

Vanaf : Zondag 8 januari

Door : Martine Duelen

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

BHANGRA DANS

Hier leer je **verschillende dansstijlen** uit India. Het is een swingende dans met veel vrolijkheid.

Dag & Uur : Maandag van 19:00 tot 20:00

Zaal : Balletzaal

Prijs : € 70 per lessenreeks (€ 14 met kansentartief)

Vanaf : Maandag 19 januari

Door : Nikita

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

FOLKSDANS

We dansen **gezellig** samen op woensdagavond. Met baldansen zoals bourrée en jig, en koppeldansen zoals wals, Schottische, mazurka en polka. Met **live begeleiding** op accordeon.

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

Dag : Woensdag

Uur : 20:30 tot 22:00

Zaal : Theatrezaal

Door : Lange Wapper - Katrien Van Craenenbroeck (dans),
Bernard Van Lent (accordeon)

Vanaf : 7 januari

Info : katrien.vancraenenbroeck@gmail.com of 0486/53 90 81

HEELSDANCE

Versterk je zelfvertrouwen met krachtige moves op hakken. Dance combineert vrouwelijke stijl, techniek en attitude. Voor alle niveaus.

Dag : Woensdag

Uur : 18:00 en 19:00: heelsdance/commercial

19:15 tot 20:45: heelsdance/commercial

Zaal : Balletzaal

Door : Emilie Eeman en Tia Cangalovic

Vanaf : 7 januari

Info : www.antwerpheels.be

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

**HEDENDAAGSE DANS: FLOW EN FORM
(WEKELIJKS)**

**DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN**

Deze les is goed om gewrichten op te warmen. Tijdens de les zijn er speelse opdrachten om elkaar en de ruimte te verkennen. Het doel is om een evenwicht te vinden tussen controle en loslaten.

Dag : Woensdag 25/02 - 25/03 - 29/04

Uur : 19:00 tot 20:30

Zaal : Zaal 7

Door : Wisper

Info : www.wisper.be



VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

DANCING QUEENS

Dans je eigen verhaal op het ritme van je zijn en geniet vooral samen.

Onderzoek je danstaal aan de hand van oefeningen, verleg je grenzen en ontdek samen nieuwe dingen.

Kom op een fijne manier thuis in je lijf.

Dag : Donderdag

Uur : 10:30 tot 12:30

Zaal : Balletzaal

Prijs : €110 / 10 lessen

Door : Angela Dreher

Vanaf : 8 januari

Info : angeladreher@yahoo.com

AFRIKAANSE DANS MET LIVE PERCUSSIE

Dans op het ritme van de Afrikaanse beats. De interactie tussen dansers en live muzikanten is zeer belangrijk.

Dag : Donderdag

Uur : 19:00 - 20:30 (beginners)

20:45 - 22:15 (basis)

Zaal : Theatrzeaal

Prijs : € 190 voor 10 lessen

€ 152 voor 8 lessen

Door : Fanny Heuten - Stage Rumours

Vanaf : 15 januari tot 26 maart

23 april tot 18 juni

Info : info@stagerumours.be of 0478/32 07 67 of

www.stagerumours.be

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

BODYMIX

Cardio, krachttraining, stretchoefeningen... Bij bodymix komt het allemaal aan bod.
Je traint alle lichaamsdelen op muziek.

Dag : Vrijdag van 19:00 tot 20:00

Zaal : Balletzaal

Prijs : €70 per lessenreeks (€14 met kansentarif)

Door : Fatima Talhaoui

Vanaf : 23 januari

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

BOLLYWOOD DANCE MET BOLLYFIT ANTWERPEN

Bollywood-dansstijl is een vrije vorm van dansstijl, de naam komt van de Indiase Bollywood-filmindustrie. Als je kind graag beweegt, kom dan zeker Bollywood proberen. Dit geeft je de vrijheid om van dans te genieten maar ook technieken en ritme te leren.

Nikita, de choreograaf en oprichtster van Bollyfitantwerp, werkt met verschillende basisscholen en geeft Bollywood-danslessen.

Dag : Zaterdag

Uur : 10:30 tot 11:30 (BollyWestern - 11+)

11:30 tot 12:30 (BollyFusion - 11+)

Zaal : Theatrzeaal

Prijs : €10/les

Door : Nikita Singla

Info : Bollyfitantwerp@gmail.com - 0467/693.968

Facebook en Instagram- @Bollyfitantwerp

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

DANS: CONTACT, IMPROVISATIE EN BASIS

DANSEN,
SPORTEN &
BEWEGEN

Contactimprovisatie is een dansvorm gebaseerd op improvisatie, fysieke dialoog en het verkennen van beweging d.m.v. aanraking.

Voor iedereen die lichaamsbewustzijn en vertrouwen in beweging wil ontwikkelen.

Dag : Zaterdag 7/02 - 14/02 - 28/02 - 7/03 - 14/03 -
21/03 - 28/03 - 4/04

Uur : 11:00 tot 13:00

Zaal : Dansstudio

Door : Wisper [Anna Svetlitskaya]

Info : www.wisper.be

HEDENDAAGSE JAZZDANS

Dans op blues of evergreen jazzmuziek. Er wordt met partner gedanst of in groep.
Elke les is er een andere danscombinatie.

Choreografie en improvisatie voor gevorderde dansers, creëren vanuit je eigen belevingswereld.

Dag : Zondag

Uur : 9:30 tot 11:00 (gevorderden)

Zaal : Balletzaal

Prijs : €10 (begin) en €15/les.

of €50/5 opeenvolgende lessen (gevorderden)

Vanaf : Zondag 7 september

info : Raymond.verborgh@pandora.be of

0485 73 19 78

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

YOGA
& WELLBEING

TAIJI & QIGONG

"Where the focus of mind goes, energy flows"

Kom **dieper en sterker in je kracht te staan** door het beoefenen van Taiji en Qigong.

Ontwikkel zo:

- sterkere vitaliteit en energie
- betere gezondheid
- grotere lichamelijke soepelheid
- verhoogd concentratievermogen

- stabiele innerlijke rust en balans

- emotioneel evenwicht

EN... het is ook nog eens gewoon super leuk om te doen!

Altijd welkom voor een gratis proefles!

Dag : Maandag

Uur : 19:00 tot 20:15 (Tai ji)

20:30 tot 21:45 (Qigong)

Zaal : Zaal 12

Prijs : €15/les

Door : Tim Wirts

Vanaf : 5 januari

Info : timwirts@gmail.com of 0495 102 631

MERIDIAAN CHI KUNG

Meridiaan Chi Kung is een reeks oefeningen om je energie op te bouwen. Je krijgt oefeningen op jouw niveau, iedereen kan deelnemen. Je voelt direct het effect.

Nog niet zeker? Volg dan eerst een proefles

Dag : Vrijdag

Uur : 10:00 tot 12:00

Zaal : Zaal 12

Prijs : € 100 (5 beurtenkaart) of

€198 voor reeks van 11 lessen

€144 voor reeks van 8 lessen

Door : Bewust Bewegen

Vanaf : 9 januari tot 27 maart

24 april tot 26 juni

Info : hilde.broeckhove@gmail.com

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

YOGA
& WELLBEING

TAIJIQUAN

Zelfverdediging, gezondheidsbevordering en taoïstische levenskunst: dat leer je allemaal in onze lessen Taijiquan.

We werken met solo- en partneroefeningen die heerlijk zijn om te doen, dankzij hun zachte, speelse en harmoniserende karakter. Leer zacht worden als katoen, speels als een aap, vloeiend als water en weerbaar als een slang. Dat laatste komt goed van pas in dit Chinese slangenjaar!

Dag : Maandag (tweewekelijks)

Uur : 19:30 tot 21:30

Zaal : Zolder

Prijs : € 190 (10 beurtenkaart) of losse les €20

Door : Gijsbert Ruitenburg

Vanaf : 12 januari

Info : info@jindanfa.com

www.jindanfa.com/aanbod-1/taoistischeqigong

YUANQIGONG

Onze gezondheidstraining richt zich op het laten functioneren van het lichaam als een eenheid. Dit biedt tal van gezondheidsvoordelen, zoals meer levenskracht, veerkracht, rust en stabiliteit in zowel lichaam als geest.

Je leert verschillende sets lichaamsoefeningen, reeksen zelfmassagetechnieken en adem- en meditatietechnieken. Alle oefeningen zijn geworteld in de authentieke Chinese geneeswijzen en de taoïstische levenspraktijk. Wees welkom in onze fijne groep!

Dag : Maandag (tweewekelijks)

Uur : 19:30 tot 21:30

Zaal : Zolder

Prijs : € 190 (10 beurtenkaart) of losse les €20

Door : Gijsbert Ruitenburg

Vanaf : 5 januari

Info : info@jindanfa.com

www.jindanfa.com/aanbod-1/taoistischeqigong

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

HATHA YOGA

YOGA
& WELLBEING

Hatha Yoga is een fysieke yoga die voor het grootste deel bestaat uit de beoefening van lichaamshoudingen (asana's) en ademhalingsverruiming (pranayama).

Martine geeft al 25 jaar yoga. Ze vindt het belangrijk om een fijne cocon te creëren waar eenieder zich goed voelt.

Dag : Woensdag van 9:30 tot 11:00

Zaal : Balletzaal

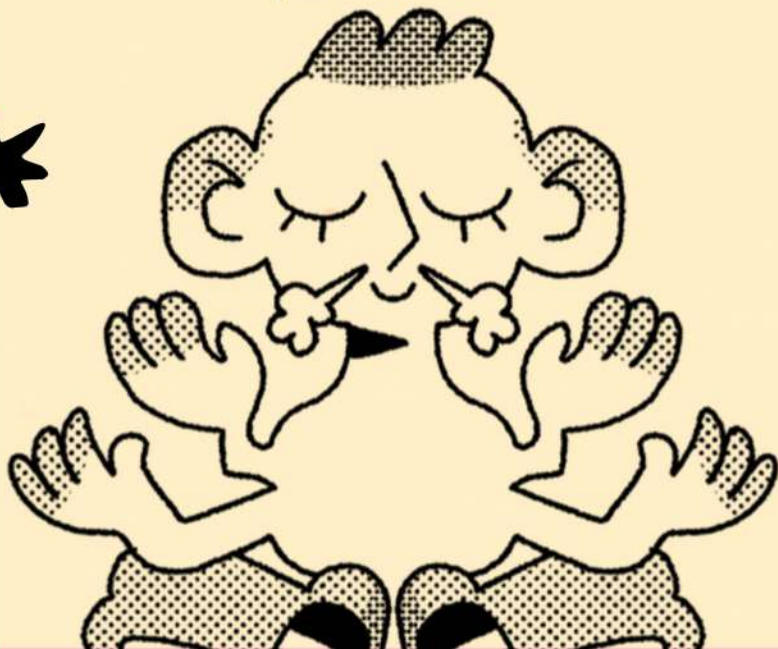
Prijs : € 105 per lessenreeks (€ 21 met kansentarief)

Door : Martine Duelen

Vanaf : 28 januari

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee



VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

YOGA
& WELLBEING

PILATES

Pilates zorgt voor een evenwichtige ontwikkeling van alle spiergroepen. Je kweekt een sterk en flexibel lichaam. Ook de coördinatie van je bewegingen wordt verbeterd.

Dag : Vrijdag van 18:00 tot 19:00

Zaal : Balletzaal

Prijs : € 70 per lessenreeks (€ 14 met kansentarij)

Door : Fatima Talhaoui

Vanaf : 23 januari

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

PILATES LIGHT

Pilates zorgt voor een evenwichtige ontwikkeling van alle spiergroepen. Je kweekt een sterk en flexibel lichaam. Ook de coördinatie van je bewegingen wordt verbeterd.

Pilates Light is er voor deelnemers die de les graag rustiger volgen.

Dag : Maandag van 15:30 tot 16:30

Zaal : Balletzaal

Prijs : € 70 per lessenreeks (€ 14 met kansentarij)

Door : Eva

Vanaf : Maandag 19 januari

Info : sportenbeweegmee@antwerpen.be

www.antwerpen.be/sportenbeweegmee

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

KINTSUGI WORKSHOP

HANDWERK
& SPEL

Kintsugi is een traditionele Japanse restauratietechniek die gebruikmaakt van natuurlijke materialen, zoals boomhars, en wordt afgewerkt met prachtig goud. Het is meer dan alleen een reparatiemethode; het is een manier om de natuur te omarmen en schoonheid te vinden in imperfectie. Kintsugi beoefenen kan een bewuste en kalmerende ervaring zijn.

Doe mee aan onze 3 uur durende introductieworkshop om de kunst van Kintsugi te ervaren en/of vervolg je reis met onze reguliere lessen. Er is **geen ervaring** vereist - of je nu een liefhebber bent van Japan, een liefhebber bent van handwerk of gewoon nieuwsgierig bent naar culturele activiteiten, **iedereen is welkom!**

Dag : Zondag 25/01 - 1/03 - 29/03 van 14:30 tot 17:30

Zaal : Tussenlokaal (25/01) & zaalder

info : <https://japanworkshopnet.com/upcoming-workshops/>

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

DE ZOTTE BREIBOLLEN

**HANDWERK
& SPEL**

De Zotte Breibollen breien, haken en babbelen erop los op maandag!

Dag : Maandag

Zaal : Bar Stam

Prijs : Gratis

Info : nikoldp@gmail.com

PLAYTIME

Speel je graag gezelschapsspelen? Leer je graag mensen kennen in een ontspannen sfeer? Ontdek de leukste, tofste en nieuwste spelletjes!

Dag : Elke eerste donderdag en elke derde dinsdag van de maand

Zaal : Bar Stam

Prijs : Gratis

Info: <http://www.facebook.com/pPlaytimeWerkhuis/>

PING PONG

Elke maandagmiddag staat de pingpong tafel klaar. Sla de balletje, toon je kunsten.

Dag : Woensdag

Uur : 13:00 tot 15:00

Zaal : Theaterzaal

Prijs : Gratis

Door : Leo Reijnders

Info : www.thecloudknitters.be

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

SCHAKEN

Elke donderdag kan je een ontspanning partijtje schaken bij de Borgerhoutse Schaakkring. Kom gratis proberen. Vind je het leuk? Je kan lid worden. Als je wil, kan je ook meedoen met officiële wedstrijden.

Wanneer : Donderdag

Zaal : Zolder

Prijs : Lidmaatschap is € 65 / jaar

Info : wim.dhaluin@skynet.be

HANDWERK
& SPEL

BILJART: WEKELIJKSE TRAINING

Je kan elke week biljart komen trainen in 't Kaffee (na afspraak).

Dag : Maandag & donderdag

Zaal : Bar Stam

Prijs : Lidgeld biljartclub

Info : Willy.dekimpe@skynet.be of 0475/790 957

BOHO KAARTERS

Of je nu een sterke kaartster bent of een beginner, iedereen is welkom op onze wekelijkse kaartavond! Kom mee lachen, bluffen en bovenal winnen (of verliezen, dat kan natuurlijk ook) met een drankje en goed gezelschap.

Kom mee | **kleuren** | **wiezen of rieken** op vrijdagavond in Bar Stam. Vooraf best even melden aan Gerrit.

Dag : Vrijdag vanaf 19:30

Zaal : Bar Stam

Prijs : Gratis

Info : Gerrit of 0486/149 997



ART CLUB BORGERHOUT

Ben je tussen 16 en 26 jaar oud?

Ben je graag creatief bezig?

Woon je in de buurt?

Kom dan naar de Art Club Borgerhout!

In de Art Club maak je samen met andere jongeren beeldende kunst.

We tekenen, schilderen, illustreren, ...

Alles kan!

Op het einde van het schooljaar toon je samen met de andere jongeren je kunstwerken in een tentoonstelling in 't Werkhuys.

Dag : Maandag

Uur : 18:00 tot 20:00

Prijs : Gratis

Zaal : Art club lokaal

Door : Art Club Borgerhout

Voor : Voor jongeren van 16 tot 26 jaar

Info : Machteld@werkhuis.be & 03 432 42 10

ART CLUB BORGERHOUT EXPO: BACK TO THE ROOTS

De jongeren van de Art Club tonen hun werk, samen met het werk van de kunstenaars die hen inspireerden.

De expo opent op vrijdag 1 mei tijdens het Feest van den Boom.

Dag : Vrijdag 1 mei: feestelijke opening tijdens Feest van den Boom

Open op zaterdag en zondag tot 17 mei 14:00 -17:00

Zaal : Koepelzaal

Prijs : Gratis

Door : Art Club Borgerhout

Info : Machteld@werkhuis.be 03 432 42 10

EXPO: RUST IN MIJN SCHOOT

Rust in mijn schoot is een intieme fotoreeks van fotografe Nel Berens waarin queer relaties tussen vrouwen en non-binaire personen in hun zachtheid wordt vastgelegd. Een moment om te delen, te voelen, te luisteren en stil te staan.

"Mijn prachtige, lieve mensen lieten me toe in hun liefdesbubbel. Ze lieten me toe in hun hoofd waar de schoonste verhalen werden gevormd, waar intense gevoelens werden uitgesproken, waar troost werd geboden en gevonden. Waar werd (h)erkend.

En waar liefde zo schoon, werd gedeeld.

Een liefde voor elkaar, voor hun queer-zijn, voor hun community en het meest belangrijke - voor zichzelf. En nu ook met jullie. Liefde in haar ruwe, rauwe vorm. Want liefde is liefde is liefde is liefde is liefde.

We ontmoetten elkaar door zachte blikken en tedere woorden. Ik ving het op beeld en koester het. En we creëerden, samen. Omdat er zoveel valt te tonen. Omdat we zacht zijn en ook vaak heel erg luid willen zijn.

Wij bestaan. En we zijn met veel. En we hebben zo intens lief."

- Fotografe Nel Berens

Met deze reeks hoopt Nel het dialoog verder open te trekken en te inspireren. Omaan te sporen ongeneerd keihard jezelf te blijven. En dit te laten zien. Altijd.

Dag : Zaterdag 24/01 van 15:00 tot 21:00 & Zondag 25/01 van 10:00 tot 16:00

Prijs : Gratis

Zaal : Koepelzaal

Door : Nel Berens

Info : info@nelberens.com

EXPO: SOCO: "SOCIALE COHESIE: DE STAD IN BEELD"

KUNST&
EXPO

In deze sociaal-artistische **foto**tentoonstelling brengt fotograaf Eloy Elustre Vlaeminck het DNA van **Antwerpse organisaties** tot leven.

Via krachtige portretten van vrijwilligers, begeleiders en jongeren toont hij hoe zij samen de ziel van sociale verbondenheid in de stad vormgeven.

Opening : Opening vrijdag 20/03 om 19:00 Open op 21/03 & 22/03

Uur : Doorlopend van 10:00 tot 17:00

Prijs : Gratis

Zaal : Koepelzaal

Door : Eloy Elustre Vlaeminck

Info : info@flexeso.com of eloy@flexeso.com

EXPO: HART OF HARD VOOR KINDEREN

Ingrid is een kunstenaar en grafisch ontwerper. In al haar werken is de focus kinderen.

Ze werkt voornamelijk met houtskool, pastel en inkt en voelt zich thuis in tekenkunst en kunstgeschiedenis. Een rode draad in haar werk zijn de rechten voor kinderen en het belang van hun emotioneel welbevinden.

LEZING: 'Harten in Verbinding' - over ouderlijke verbondenheid

Welkom om kennis te maken met "Harten in Verbinding: Samen op Weg naar Verbinding en Contactherstel".

Wij streven ernaar om het taboe op contactbreuk, oudervervreemding, ouderonthechting te doorbreken en ruimte te creëren voor erkenning, heling en herstel. Met deze namiddag willen we niet alleen informeren, **maar ook verbinden tussen ouders, professionals en iedereen die geraakt wordt door ouderverstoting**. We zijn vrijwilligers door en voor lotgenoten waar een veilig lotgenotencontact gewaarborgd is.

"Harten in Verbinding" nodigt je uit om mee te denken, mee te voelen en mee te werken aan een toekomst waarin **elk kind recht heeft op veilige en liefdevolle ouderlijke verbondenheid**.

Doelpubliek: lotgenoten, maatschappelijk werkers, therapeuten

Opening : Zaterdag 7 februari 2026

Uur : EXPO: Doorlopend van 10:00 tot 17:00 - LEZING: van 14:00 tot 18:00

Prijs : EXPO: gratis - LEZING: €10

Zaal : Koepelzaal

Door : EXPO: Ingrid Wackenier (Joylutions bv) ingrid@wigraphics.be

Info & Inschrijven : LEZING: team@harteninverbinding.be

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

THEATER &
WOORD

SAMEN LEZEN

Samen Lezen

Hou je van lezen, woorden en verhalen?

Wil je graag nieuwe mensen leren kennen?

Dan is Samen Lezen iets voor jou!

Kom op dinsdag om 11:00 naar 't Werkhuys: lees mee en geniet van verse soep om 12:00.

Dag : Dinsdag

Uur : Onthaal om 10u30

Prijs : Gratis

Door : Bond Zonder Naam

Info : samenlezen@abzn.be of kom langs



VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

THEATER &
WOORD

BOEKENCLUB

Elke maand komen wij samen en doen we iets dat (van ver of van dichtbij) te maken heeft met lezen. Op de avonden in maart en juni zullen we samen een boek bespreken. (We kiezen samen een boek in januari en april) Wil jij vooral een concreet boek bespreken, dan kan je gewoon aansluiten in maart en/of juni.

Tijdens de andere bijeenkomsten proberen we allerlei werkvormen uit om te praten, lezen, schrijven, filosoferen... over boeken.

Dag : Woensdag 7/01 - 4/02 - 4/03 - 1/04 - 6/05 - 3/06

Uur : 19u30

Prijs : gratis

Door : Lotte

Info : lotte.bja@gmail.com of kom langs

MANNENCIRKEL

Een mannencirkel is een groep van +/- 8 mannen van alle leeftijden.

Onder de fijne en kundige begeleiding van Thomas Ameel: www.thomasameel.be

Omdat het deugd doet om met andere mannen van gedachten te wisselen over dingen die goed gaan, dingen die minder goed gaan, het leven dus.

Dag : 27/01 - 24/02 - 31/03 - 28/04 - 26/05 - 30/06

Uur : 19:00 tot 21:30

Zaal : Zolder

Prijs : €35/introductie, €325 (traject van 9 avonden)

Info : Inschrijven: thomas.ameel@gmail.com

Vragen: 0494 93 43 20 (Wietse)

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

THEATER &
WOORD

ACTEREN: VAN SPEL NAAR VOORSTELLING

Je maakt samen in 8 weken een voorstelling, in een veilige omgeving. Je ontdekt samen wat het is om naar een voorstelling te werken: herhalen, verbeteren, verfijnen. Het is belangrijk dat je alle sessies erbij bent.

Dag : Woensdag 15/10 - 22/10 - 5/11 - 12/11 -
19/11 - 26/11 - 3/12 - 10/12

Uur : 19.30 tot 22.00

Zaal : [nieuwe danszaal]

Door : Audrey Ikireiz [Wisper]

info : www.wisper.be

DE F*CK UP OPEN STAGE

Kom naar de F*ck Up Open Stage. Je kan gewoon komen kijken naar de improjam of de comedy-sets. Of je kan meedoen. Welkom!

Dag : Woensdag 24/09 - 22/10 - 26/11

Uur : 20.00 tot 22.00

Zaal : Foyer

Prijs : €5

Door : Fus! Impro

Info : <https://fusimprov.be/jams> of info@fusimprov.be

TRY-HARDS!

Try-Hards, dat is een podium voor shows die zo goed als af zijn, voordat ze gespeeld worden in schouwburgen en cc's te lande! Deze middag is het "De Grote Onverwachte Liedjes Show", ImproJam & nog meer!

Dag : Zondag 5/10 en 14/12

Uur : 14.30 tot 17.30

Zaal : Foyer

Prijs : zie website

Door : Fus! Impro

Info : <https://fusimprov.be/jams> of info@fusimprov.be

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

THEATER &
WOORD

WIE WORDT HET ANTWERPS IMPROBEEST?

Je hebt zin in een FIJN entertainend avondje uit! Scènes die grappig, meeslepend en soms rakend zijn in een ter plekke verzonden theatercomedy-show.

En jij beslist wie het winnaarskroontje draagt!

Prijs? Vrije bijdrage! Als je kan geven, adviseren we +/- 10 euro. We moedigen gullere giften ook hard aan! Maar tegelijk is de toegang zo laagdrempelig mogelijk. De vrije bijdrage wordt gebruikt voor voorbereidend werk, repetitie, promotie, techniek, huur zaal,....

Dag : Vrijdag 13 februari en vrijdag 3 april

Uur : 20:00 tot 22:00

Zaal : Foyer

Prijs : Vrije bijdrage

Door : Fus! Impro

Info : <https://fusimprov.be/improbeest/>

0472 793 951

FUNDAMENTEN - BASISREEKS IMPROTHEATER VOOR STARTERS!

Leer snel denken en spontaan spelen! Ontdek je creatieve flair, zowel verbaal én non-verbaal en groei in zelfvertrouwen.

In 8 avonden + 2 ImproJams duik je in de basis van improvisatietheater: verhalen verzinnen, personages spelen en luisteren met goesting. Falen mag, graag zelfs. Plezier is verplicht.

Geen ervaring nodig, enkel zin om te spelen en nieuwe speelkameraden te leren kennen!

Dag : 4/02 - 11/02 - 18/02 - 4/03 - 11/03 - 18/03
- 25/03 - 1/04

Uur : 20:00 tot 22:00

Zaal : Tussenlokaal

Prijs : €130 (student) - €167 (-26 jaar) - €175
(standaard) - €220 (Ik steun Fus!)

Door : Fus! Impro

Info : <https://fusimprov.be/improbeest/>

0472 793 951

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

F*CK UP OPEN STAGE! MET IMPROJAM, COMEDY EN MEER!

THEATER &
WOORD

Open stage! Improjam! Comedy Open Mic! Podiumplek om je theater-, improvisatie-, comedy- & storytelling-skills uit te testen! EN ook om als toeschouwer te genieten van work in progress!

Dag : Woensdag 25/03 - 15/04 - 13/05

Uur : 20:00 tot 22:00

Zaal : Foyer

Prijs : € 5

Door : Fus! Impro

Info : <https://fusimprov.be/jams/>
0472 793 951

WORKSHOP IMPRO VOOR BEGINNERS

Stap in de wondere wereld van improvisatietheater met onze workshop "4SessieWorkshop Impro voor Beginners" (Paasvakantie) in het bruisende Werkhuys!

Dag : Di 7/04 - do 9/04 - di 14/04 - do 16/04

Uur : 19:30 tot 22:00

Zaal : Theatrersaal

Prijs : €125 (studenten: €105)

Door : BIL

Info : info@bil.be of www.bil.be

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

THEATER &
WOORD

WORKSHOP SMALL TALK &

WORKSHOP SPREKEN VOOR GROEPEN

Workshop Small Talk: Je leert via impro hoe je moeiteloos praat met eender wie. We oefenen luisteren, reageren en spelen met spontaniteit.

Workshop spreken voor groepen: Je leert hoe je impact maakt met je stem, lichaam en blik. Je leert al doende en door te kijken naar elkaar.

Dag : Maandag 19/01 van 19:00 tot 22:00 = small talk

Maandag 26/01 van 19:00 tot 22:00 = spreken voor groepen

Zaal : Muzieklokaal

Door : Fus! Impro

Info : <https://fusimprov.be/open-workshops> - 0472 793 951

COLLECTIEF THEATER HART

Collectief Theater Hart staat open voor spelers, acteurs, dansers die mee willen trainen. Iedereen is welkom.

Van januari tot juni 2026 starten we met een acteurstraining van 16u-18u. Neutraal masker en koorwerk van Lecoq. Lichaam en zang van Grotowski. Butoh dans van Kazuo Ohno. De acteur als creator van zijn karkas leiden tot een acteur die speelt in het hier en nu.

Van 19u-21u werken we aan creatie en regie. Het komen tot een voorstelling voor publiek. Met professioneel fysiek getrainde acteurs van Collectief Theater Hart.

"Hier leer je theater spelen, zoals je dat nergens anders kunt leren", Joeri Spillebeen

Dag : Donderdag

Uur : 16:00 tot 18:00

19:00 tot 21:00

Zaal : Dansstudio

Door : Poppe Boonstra (met gastdocenten) - Collectief Theater Hart

Vanaf : 8 januari

Info : hart@telenet.be of 0472 368 355 of www.collectieftheaterhart.be

VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

DE ACTEURSSCHOOL

THEATER &
WOORD

Wil je op **hoog niveau** werken aan je **acteer kwaliteiten** én les krijgen van de top uit de theater- en filmbranche? Dan past deze **halfjarige opleiding** helemaal bij jou!

Na het slagen in een auditie krijg je les van docenten zoals Hilde van Mieghem, Eva Van der Gucht, Gijs de Corte, Tina Maerevoet en vele anderen delen graag hun kennis, passie & ervaring en gaan intensief met jou aan de slag.

Dag : Donderdag

Uur : 11:00 tot 16:00

Zaal : Theaterzaal

Prijs : €2.935,- BTW vrijgesteld

Door : Poppe Boonstra (met gastdocenten) - Collectief Theater Hart

Info : www.deacteursschool.be/leerjaar/



VOOR VOLWASSENEN (+15 JAAR)

AGAMUZI: GITAAR EN UKELELE

ZANG &
MUZIEK

Bij AgaMuzi kan je lessen volgen voor:

- Beginners met basiservaring: gitaar of ukelele
- Samenspel: gitaar en ukelele (enige ervaring)
- Gitaar Gipsy Jazz: beginners en gevorderden

Je kan een instrument huren.

Dag : Donderdag

Uur : 18:00 tot 22:00

Zaal : Muzieklokaal

Prijs : www.agamuzi.be

Door : Sfen van Staeyen

Vanaf : Donderdag 22 januari tot 11 juni

Info : www.agamuzi.be of info@agamuzi.be

PRAKTISCH

Adres:

Werkhuys

Zegelstraat 13

2140 Borgerhout

Telefoon:

03/432.42.10 (algemeen)

03/432.42.12 (zaalverhuur)

van 9:00 tot 17:00

Email:

info@werkhuys.be

Website:

www.werkhuys.be

Nieuwsbrief:

Schrijf je in op de maandelijkse nieuwsbrief en blijf op de hoogte: www.werkhuys.be





WIE IS 'T WERKHUYS?

Ellen Bogaerts
Coördinator (zij/haar)
Ellen@werkhuis.be

Evi Verrijcken
Operationeel verantwoordelijke (zij/haar)
Evi@werkhuis.be

Machteld De Ryck
Vrijwilligers, communicatie en projecten (zij/haar)
Machteld@werkhuis.be

Domien De Gruyter (hij/hem) & Carine Neuman (zij/haar)
Keuken

Deborah Federico (zij/haar), Helena Van Geyte (zij/haar) & de studenten
Bar Stam / Bar



En al onze vrijwilligers - zonder jullie
geen Werkhuys! Dank jullie wel!

HOE BEREIK JE HET WERKHUYS?

MET OPENBAAR VERVOER

Tram 8 en 10: halte Zegel

Tram 24: halte Roma

Bus 410 - 415 - 416 - 417 - 418 - 427 - 429 - 30: halte Roma

Info: www.delijn.be

TE VOET

Vanaf Centraal Station: ongeveer 25 minuten wandelen via
Turnhoutsebaan, richting Roma / Deurne.

MET VELO of FIETS

Gebruik de handige fiets van het Stad: de Velo.

Info: <https://www.velo-antwerpen.be/>

Aan de stations: Fonteinstraat (069), Montgomery (132),

Turnhoutsepoort (068) en Krugerpark (108).

MET AUTO

OPGELET voor lage-emissiezone: www.sna.be

<https://www.slimnaarantwerpen.be/nl/lez> Neem via Singel de

Stenenbrug richting Centrum. Neem op de Turnhoutsebaan na

20 meter eerste straat links: de Zegelstraat.



COLOFON

V.O.: Evi Verrijcken, Zegelstaat 13, 2140
Borgerhout

Samenstelling: Ellen Bogaerts, Machteld De Ryck
& Evi Verrijcken

Concept en vormgeving: Awnanas

Met de steun van:



Borgerhout

AUWNANAS ONTWIERP
DIT BOEKJE
@AUWNANAS

Jonge, nieuwe talenten krijgen kansen in het Werkhuys. Elk jaar maakt een enthousiaste ontwerper het programmaboekje. Wij leveren de tekst, zij maken er een speels en leuk geheel van. Er zijn intussen boekjes in heel verschillende stijlen.

Ben je ook creatief? Wil je graag het volgende boekje ontwerpen?
Laat het ons weten!



Het Werkhuys
Zegelstraat 13
2140 Borgerhout

03/432.42.10 [algemeen]
03/432.42.12 [zaalhuur]

info@werkhuys.be
www.werkhuys.be

Deel je moves,
foto's
en selfies:

@werkhuysvzw
#werkhuysvzw
facebook.com/twerkhuys

Zaal huren?
Lekker eten en drinken?
Gewoon genieten?

Kom naar het Werkhuys en laat je verrassen!

