

Planning

Chez DAPYS, nos cours sont dispensés avec écoute, bienveillance et adaptation tout au long de l'année scolaire et la première semaine des vacances (Toussaint, Hiver, Printemps).

TIERS-LIEU, PALAISEAU

Cours tout niveau, en petit groupe 5 personnes

COURS HEBDO

MORNING STRETCH	MERCREDI	12h30-13h30
PILATES	MERCREDI	19h00-20h00
PILATES	VENDREDI	9h45-10h45

YIN YOGA 20h15-21h15

Mercredi 5 octobre 2022	Mercredi 8 mars 2023
Mercredi 9 novembre 2022	Mercredi 5 avril 2023
Mercredi 7 décembre 2022	Mercredi 10 mai 2023
Mercredi 4 janvier 2023	Mercredi 7 juin 2023
Mercredi 1 ^{er} février 2023	Mercredi 5 juillet 2023

SOPHRO YOG'ATELIER 20h15-21h30

Mercredi 19 octobre 2022
 Mercredi 23 novembre 2022
 Mercredi 18 janvier 2023
 Mercredi 15 février 2023
 Mercredi 15 mars 2023
 Mercredi 19 avril 2023

GYMNASE ROGER ANTOINE, PALAISEAU

Cours tout niveau

COURS HEBDO

PILATES	JEUDI	10H30-11H30
YOGA DES SAISONS*	VENDREDI	18H00-19H00
PILATES STRETCH Méthode De Gasquet	SAMEDI	12H30-13H30

ATELIER SOPHRO STRETCH 10h00-11h15

Dimanche 25 juin 2023

COMMUNITY CLASS 10h00-11h15

Morning Stretch : Dimanche 2 octobre 2022
 Yoga Vinyasa : Dimanche 20 novembre 2022
 Yoga Doux : Dimanche 22 janvier 2023
 Pilates : Dimanche 14 mai 2023

DANSE MODERN' JAZZ 15h30-16h45*

Samedi 1^{er} octobre 2022
 Samedi 19 novembre 2022
 Samedi 21 janvier 2023
 Samedi 11 février 2023
 Samedi 11 mars 2023
 Samedi 15 avril 2023
 Dimanche 14 mai 2023

VISIO

Les cours hebdos au Tiers-Lieu sont disponibles en visio.

CIRCUIT TRAINING	MARDI	19h30-20h30
MORNING PILATES	MERCREDI	08h00-9h00

* Ados-Adultes : A partir de 14 ans

Tarifs

Adhésion valable jusqu'au 30 juin 2023 : 20€ obligatoire dès l'achat d'un tarif à l'année ou d'une carte (présentiel et visio). L'adhésion à l'association vous permet d'avoir des tarifs réduits pour les stages, ateliers et un cours offert.

1 cours d'essai gratuit possible uniquement en septembre (uniquement pour les cours hebdo en présentiel).

TIERS-LIEU

- A l'unité : 18€
- A l'année : 350€* payable en 3 fois (150€/100€/100€)
- Carte de 5 cours : 70€ (valable 4 mois)

GYMNASE ROGER ANTOINE

- Cours à l'unité : 15€
- A l'année 300€* payable en 3 fois (100€/100€/100€)
- Carte de 5 cours : 60€ (valable 4 mois)

VISIO

- Cours à l'unité : 10€
- Carte de 5 cours : 48€ (valable 2 mois)
- Carte de 10 cours : 90€ (valable 4 mois)

CARTE MULTIPASS (10 COURS) : 130€ (Valable 6 mois)**

SOPHRO YOG'ATELIER ET SOPHRO STRETCH

- Cours à l'unité : 20€ (adhérents) / 22€ (non adhérents)
- Carte de 6 cours : 100€*** (valable 4 mois)

COMMUNITY CLASS SUR DONATION

TARIFS SOLIDAIRES - Contactez-nous !

Etudiants, RSA, Chômeurs, Familles nombreuses (3 enfants et plus), familles monoparentales, personnes souffrant de handicaps, personnes en période de soin. La solidarité est une écoute, invitez-vous à nous exposer votre situation

A l'année 260€

Payable en 3 fois (100€/80€/80€)

Cours à l'unité : 10€

ZOOM

Cours à l'unité : 8€

Carte de 5 cours : 38€ (valable 2 mois)

Carte de 10 cours : 75€ (valable 4 mois)

Inscriptions sur notre site : www.dapys.me

Rubrique ['Réserver un cours'](#)

Infos par mail : hello@dapys.me

Téléphone : 06.18.40.33.91 • 06.18.72.00.10

*-5% pour une personne du même foyer

** Uniquement valable pour les cours hebdo au Tiers-Lieu, Gymnase Roger Antoine, visio et le Yin Yoga

*** Uniquement valable pour l'atelier Sophro Yog'Atelier

Tarifs

Des séances en solo Sophrologie, Pilates, Yoga

DAPYS HARMONIE dépose ses tapis à domicile, chez vous ou en cabinet pour des séances individuelles.
Pour plus d'informations, [cliquez-ici](#)

En Entreprise

DAPYS HARMONIE dépose ses tapis sur votre lieu de travail.
Pour des séances individuelles ou en groupes.
Contactez nous pour avoir un devis personnalisé.

Carte Cadeau

Un anniversaire ? Ou juste une envie de faire plaisir ?
DAPYS vous propose des cartes cadeaux
(cours en ligne, en studio ou en solo).
Pour plus d'informations, [cliquez-ici](#)