



# Journée Dapys

**LE PROGRAMME**  
**DIMANCHE 19 MARS 2023**

**BELLE FEE DANSE**  
4 rue Léon Blum  
Palaiseau

## COURS COLLECTIFS

09h45 - 11h00 : Morning Yoga (Anne) 🦋

10h00 - 11h00 : Morning Renfo (Noémie)  
Spécial dos 🦋

11h00 - 12h00 : Pilates (Anne) 🦋

12h00 - 13h15 : Sophro Stretch (Anne et Noémie) 🦋

14h30 - 15h30 : Pilates (Noémie) 🦋

15h30 - 16h45 : Yin Yoga (Anne) 🦋

🦋 Relax

🦋 Dynamique

## LES ESPACES MIEUX-VIVRE

**Thé et gourmandises**  
*Avec Lavanilla*

**Massages shiatsu**  
*Avec Sebastien*

**Vente de produits fait-maison**  
*Avec Le Grenier de Mizaute*

**Mini bibliothèque**  
*Livres mis à disposition par DAPYS pour consultation*

## LES TARIFS

### COURS COLLECTIFS

#### ADHERENTS

Cours 1h00 - 12€

Cours 1h15 - 15€

3 cours - 35€

(Cours de sophro stretch non inclus)

#### NON ADHERENTS

Cours 1h - 15€

Cours 1h15 - 18€

### COURS SOPHRO STRETCH

Adhérents - 20€

Non adhérents - 22€

### LES ESPACES MIEUX-VIVRE

*Certains espaces sont payants : Espaces gourmandises, Massages shiatsu, vente de produits fait-maison. Les tarifs sont disponibles directement sur notre site : [www.dapys.me](http://www.dapys.me)*

*Cours collectifs et massage shiatsu uniquement sur inscription sur notre site [www.dapys.me](http://www.dapys.me) - rubrique réserver un cours ou par mail : [hello@dapys.me](mailto:hello@dapys.me)*

