



DARF´S EIN BISSCHEN LEICHTER SEIN?

Tag der offenen Tür
der
Alexander Alliance Europe

DU BIST EINGELADEN

Es erwarten Dich:

- neue Körpererfahrungen
- spielerisches Lernen
- eine tolle Gemeinschaft

Wann?

Sonntag, 11. November 2026
10:00 - 13:00 Uhr

Wo?

Flow Buchholz
Up de Hoge Luft 11, 21244 Buchholz OT
Holm-Seppensen

kostenfrei

Mitbringen!

3 Stunden Zeit, Neugier, Fragen,
Offenheit, bequeme Alltagskleidung



KOMM VORBEI &
LERNE UNS KENNEN!

ANMELDUNG



ALEXANDER-TECHNIK

- ist geeignet für Menschen, die
- eine gute Koordination brauchen: Reiter:innen, Sportler:innen, Musiker:innen, Pflegende, Handwerker:innen, etc.,
 - vor anderen sprechen: Lehrer:innen, Verkäufer:innen, Schauspieler:innen, Coaches, Redner:innen, etc.,
 - Schmerzen loswerden möchten,
 - sich selbst begegnen möchten,
 - ein gesundes, glückliches und selbstbestimmtes Leben führen möchten.