



**CENTRE DE FORMATION  
TECHNIQUE ALEXANDER**

**Portes ouvertes**

Une nouvelle façon  
d'envisager "l'usage de soi"

Retrouver aisance et mobilité, ne  
plus subir le stress et l'anxiété,  
se reconnecter à l'instant  
présent et revenir à l'essentiel.

Lundi 3, mardi 4, mercredi 5 mars 2025  
de 9h30 à 11h30

Studio Baretto  
18, rue du Moulin Joly  
75011 Paris



Réservez votre place par mail ou téléphone:  
[cftalexander@orange.fr](mailto:cftalexander@orange.fr)  
0688104553

Technique F.M. Alexander®

[www.cfta-adbrunhoff.paris](http://www.cfta-adbrunhoff.paris)