



Sozialpsychiatrischer Dienst  
Miltenberg

# Kursangebot 2024

## Achtsamkeit & Stressbewältigung

02.02.2024 | Freitag | 16:30-17:30h | 25€  
27.09.2024 | Freitag | 16:30-17:30h | 25€

## Afrikanisches Trommeln

17.01.2024 | Mittwoch | 17:00-18:00h | 30€  
08.05.2024 | Mittwoch | 17:00-18:00h | 30€

## Chinesische Atem- & Bewegungsübungen

20.02.2024 | Dienstag | 17:00-18:00h | 25€  
08.10.2024 | Dienstag | 17:00-18:00h | 25€

Die Kurse finden unter den jeweils gültigen Hygienebestimmungen statt.

Termine 2024

## **Anmeldung**

Sozialpsychiatrischer Dienst  
Brückenstraße 17 | 63897 Miltenberg  
Tel. 09371 80325  
spdi-miltenberg@awo-unterfranken.de

## **Kursdauer**

Alle Kurse umfassen zehn Termine.  
Während der Schulferien finden in der Regel keine Kurse statt.



Sozialpsychiatrischer Dienst  
Miltenberg

# Kursangebot 2024

## MuTa – Musik & Tanz für Alle

18.09.2024 | Mittwoch | 17:00-18:00h | 25€

## Resilienz

02.02.2024 | Freitag | 18:00-19:00h | 30€

## Aktive Selbstverteidigung

23.04.2024 | Dienstag | 17:30-18:30h | 25€

17.09.2024 | Dienstag | 17:30-18:30h | 25€

## Yoga

15.01.2024 | Montag | 16:30-17:30h | 25€

23.09.2024 | Montag | 16:30-17:30h | 25€

Termine 2024

Die Kurse finden unter den jeweils gültigen Hygienebestimmungen statt.

## **Anmeldung**

Sozialpsychiatrischer Dienst  
Brückenstraße 17 | 63897 Miltenberg  
Tel. 09371 80325  
spdi-miltenberg@awo-unterfranken.de

## **Kursdauer**

Alle Kurse umfassen zehn Termine.  
Während der Schulferien finden in der Regel keine Kurse statt.