

## ZERTIFIKAT

Lehrer für MBSR

**Norbert Schmitz**

hat die Ausbildung zum Lehrer für  
Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)  
erfolgreich abgeschlossen

Bestandteile dieser Ausbildung waren  
die Grundausbildung "Achtsamkeit leben – Achtsamkeit lehren"  
sowie der MBSR-Aufbaukurs (beides bei Arbor-Seminare gGmbH)  
in der Zeit von November 2017 bis Juni 2019,  
mit insgesamt 320 Unterrichtseinheiten.

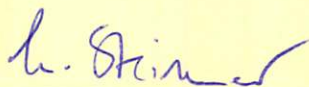
**Ausbildungsleitung Grundausbildung**

Veronika Seifert  
Michaela Doepke  
Jörg Mangold  
Britta Hölzel  
Anne Cushmann  
Stefan Machka

**Ausbildungsleitung Aufbaukurs**

Yeshe Petra Brost und Michaela Doepke

Freiburg, den 20. November 2019



---

Ursula Steimer  
Geschäftsführerin Arbor Seminare gGmbH

Die Ausbildung entspricht den Bedingungen des deutschen und schweizerischen MBSR-Verbandes,  
der MBSR-MBCT Vereinigung Österreich und den internationalen Standards des  
Center for Mindfulness, Massachusetts/USA für MBSR-Ausbildungen.