

## Rüdiger Herborn

Pädagoge M.A.  
Studium Pädagogik, Philosophie und Psychologie  
zertifizierter MBSR - Lehrer

**Achtsamkeitsausbildung**  
arbor seminare Freiburg

**Fortbildungen**  
Nach Studium Weiterbildung für den Bereich  
Sozialpädagogik, seither selbständige Tätigkeit in der  
Betreuung psychisch kranker Menschen und Lehrer für  
MBSR - Kurse,  
20-jährige Meditationspraxis

**Als Trainer/in in Unternehmen**  
seit 1995  
regional tätig

Erfahrung in:  
Gesundheitsmanagement



## Adresse

80639 München

☎ 01739101234

✉ [info@achtsam-leben-muenchen.de](mailto:info@achtsam-leben-muenchen.de)