

Mein persönlicher Weg

Geboren und aufgewachsen bin ich 1955 in Langenthal BE.

Seit Kindheit haben mich die Bewegung (klass. Ballett, Modern und Jazztanz, Theater) und das Klavierspiel begleitet.

Nach meinen ersten „Lehr- und Wanderjahren“ als Primarlehrerin und Musikpädagogin folgte ein Lebensabschnitt mit eigener Familie in Genf ~ anschließend eine erneute Studienzeit im wunderschönen Bielseeland.

1991 bin ich mit meinen beiden Kindern in den Kanton Zürich gezogen, damals vorwiegend noch im Schulwesen engagiert.



Dieser neue Lebensabschnitt war bezeichnend für meine Suche nach Selbstfindung und persönlichem Ausdruck:

Ich begann mich intensiv mit meinem eigenen pianistischen Improvisationsstil auseinander zu setzen und engagiere mich seither damit an verschiedensten öffentlichen Anlässen.



Gleichzeitig erschlossen sich mir der faszinierende Bereich der TCM, die Hintergründe der Fünf Elemente sowie Ayurvedisches Wissen - und somit immer mehr universale Zusammenhänge von Natur und Mensch in seiner Ganzheit.

Ich vertiefte ernsthaft meine Yoga- und Meditationspraxis und widmete mich weiterbildend während mehr als einem Jahrzehnt auch der Meditation & Spiritualität im Rahmen geisteswissenschaftlicher Forschung.



Als ich 2011 die faszinierende Tanzkunst Nia entdeckte, wurde mir bewusst, dass ich damit eine ideale Ergänzung meines Bewegungsangebotes gefunden hatte! Yoga & Nia ~ eine kleine Liebesgeschichte



Nach drei Jahren *Oase-Kinderyoga in Liestal* ist das ländlich gelegene Dorf Kienberg im solothurnischen Jura zu meinem neuen Lebens- und Wirkungskreis geworden.

Im Frühjahr 2011 begründeten dort mein Jugendfreund Andreas Schwarz und ich gemeinsam das *Kulturhaus Kienberg* – ehemals das Alte Dorfschulhaus – wo auch meine Yogaklassen und die Kinder-Oase ihren Platz gefunden haben.





Ab 2014 übergang das inzwischen zu einem Seminarhaus gewordene Kulturzentrum dann an mich allein und durfte sich neben meinen Yogakursteilnehmenden auch zahlreicher, verschiedenster Gästegruppen erfreuen – rückblickend eine spannende und sehr bereichernde Zeit.

Doch alles im Leben hat auch seine eigene Zeit.

2023 habe ich mich vom gesamten Kulturbetrieb verabschiedet, um mich einerseits vermehrt familienbezogen und andererseits umfassend meiner Berufung von Yoga & Musik widmen zu können. So ist heute die Region Murten zu meinem neuen Lebensraum geworden. Und ich bin glücklich, dass nun auch mein langjähriger Wunsch eines neuen Yoga-Ateliers in Murten mit *Yoga SatNam* Wirklichkeit geworden ist!



Ausbildungen

<i>Musik</i>	Musikstudium und Fachdidaktik Klavier 1978
<i>Pädagogik</i>	Primarschule 1975, Heilpädagogik 1991
<i>Yoga & Tanz</i>	Yoga für Kinder 2001 Lizenz Nia® Whitebelt/ Bluebelt, St. Gallen 2011 /2013 Yoga in der Schwangerschaft & Rückbildung 2014 Ausbildung zur Yogalehrerin 2016 – 2018, Vyana-Yoga YA, Stuttgart YinYoga 2023-24 I.A. Yogatherapie / Medical Yoga 2025 – 26

Weiterbildungen

<i>Musik</i>	Klavierpädagogik, Conservatoire Populaire de Genève Therapeutische u. allg. Musikpädagogik & Bewegung: HfH Luzern
<i>Pädagogik</i>	Förderdiagnostik, Sprachentwicklung, Kinästhetik: HfH u. PH Zürich, PH Nordwestschweiz, HPZ Baselland
<i>Kinderyoga</i>	Yoga nach Patanjali
<i>Yoga</i>	Yoga-Rückentrainerin, Yoga im Seniorenalter, Yoga & Ayurveda, Yoga Dance, Yoga für die Augen, Yoga auf dem Stuhl
<i>Nia</i>	div. Masterclasses
<i>Spiritualität</i>	2010 bis 2023 Meditationsschulung und -Forschung, Veden-Yoga & Spirituelles Coaching in Lebensfragen, Vogelsberg Akademie DE