

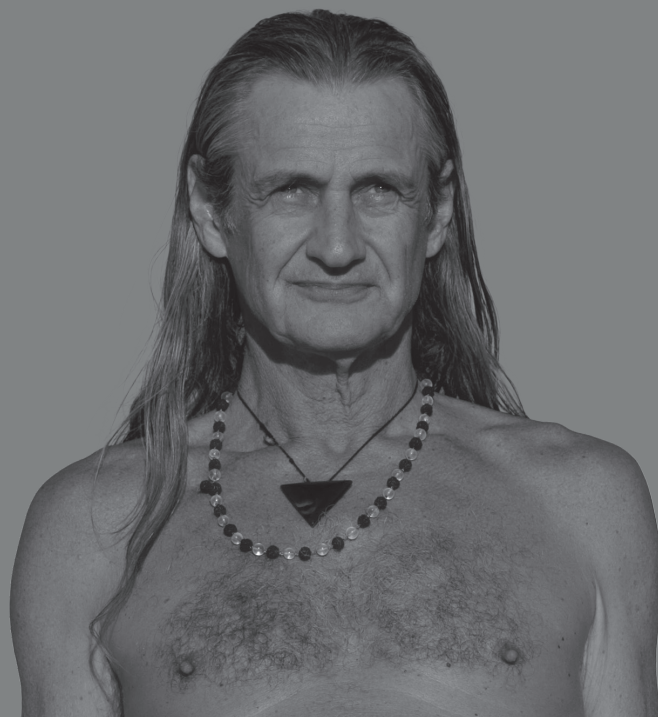
Heart of Yoga – Yoga des Herzens

mit dem internationalen Yogameister Mark Whitwell

Masterclasses

bei Dakini Yoga Projects in Nidau-Biel/Bienne

Sa 31. Okt. & So 01. Nov. 2026



Zum Workshop/Gathering

Eine Begegnung der besonderen Art für alle, die ihre Yogapraxis vertiefen möchten. Mit dem weltreisenden Yogalehrer Mark Whitwell lernen Anfänger und geübte Yogis / Yoginis die Praxis zu vertiefen. Heart of Yoga ist die Weiterführung der Yogapraxis des indischen Meisters Krishnamacharya, der betonte, dass Yoga auf das Individuum abgestimmt werden kann.

«Adapt Yoga to the individual, not the individual to the yoga. There is a perfect yoga for every person. If you can breath you can do yoga» – «Bringe Yoga zum Individuum, nicht das Individuelle zum Yoga. Es gibt einen perfekten Yoga für alle. Wenn du atmen kannst, kannst du auch Yoga machen.»
(Sri Krishnamacharya)

Mark Whitwell zeigt, dass Yoga als altüberlieferte Weisheit und Praxis im Alltag einen wichtigen Wert in unserer Zeit hat. Mark lebt in Neuseeland. Als gefragter Yogalehrer – in der Linie des indischen Yogameisters Sri Krishnamacharya und seines Sohnes TKV Desikachars – reist er durch Europa, Asien, USA und den Südpazifik.

Mark Whitwell lebte und lernte jahrelang im Haus von Krishnamacharya, «Lehrer der Lehrer». Mark kommuniziert und vermittelt zeitlose Yogagrundlagen mit Leidenschaft und Klarheit. In entspannter, humorvoller und freundschaftlicher Atmosphäre hat Mark Whitwell die Gabe alle Teilnehmenden in ihrer Einzigartigkeit zu unterstützen und zu fördern.

Als unser Lehrer und Freund besucht er bereits zum 7. Mal den Dakini Yoga Raum. Dies ist die «Homebase» von Heart of Yoga Switzerland, dem Wirkungsort der Initiantin Susanne Daeppen und von Christoph Lauener.

Gathering 1 Sa 31. Okt. 2026 10 – 13 Uhr im Dakini Yoga Raum, Egliweg 10, 2560 Nidau
Gathering 2 So 01. Nov. 2026 10 – 13 Uhr im Dakini Yoga Raum

Anmeldung nur mit vollständig ausgefülltem Talon bis 31. August 2026 per Scan oder Post an:
info@dakini-dance.ch / Dakini Yoga Raum, Egliweg 10, 2560 Nidau

Beschränkte Platzzahl. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt. In der anschliessenden Mail-Bestätigung von Dakini erhältst Du die IBAN zur Bezahlung des Kursgeldes. Erst dann ist Dein Platz gebucht.

Kosten: 1 Gathering CHF 100 / 2 Gatherings CHF 200

dakini-dance.ch / eagle-motion.ch / heartofyoga.com



Anmeldung:

Vorname + Name

Strasse

PLZ + Ort

Mobile

Mail

Datum / Unterschrift

Gathering ankreuzen

☐ Samstag

und/oder

☐ Sonntag