



Uta is hoofddocent yoga bij Ayuryoga Nederland. Zij begon als tiener met het beoefenen van meditatie en yoga. Ze groeide op tegenover het Himalaya Instituut in Ahrensburg en zo kwam zij makkelijk in contact met leraren als Swami Rama en Pandit Usharbudh Arya (Swami Veda Bharati).

Nadat zij geslaagd was voor het gymnasium deed Uta 15 maanden vrijwilligerswerk in een vluchtelingenkamp in Texas. Van 1992 tot 1994 volgde zij het Teacher Training Program (TTP) in het Himalaya Instituut in Ahrensburg. Vervolgens gaf ze les in Hatha Yoga op verschillende scholen van de Himlaya-Traditie in Hamburg en Berlijn. Uta behaalde ook een Master Degree in de Politieke Wetenschappen aan de universiteit van Hamburg en werkte als beleidsmedewerker bij het Ministerie van Sociale Zaken in Berlijn. Hier was ze voornamelijk betrokken bij het verbeteren van onderwijs voor immigrantenkinderen.

Van 2005 tot 2007 volgde Uta het Gurukulam Programma in de SRSG in India onder begeleiding van Swami Veda Bharati. Momenteel woont zij met haar echtgenoot en haar kinderen in Den Haag en leiden ze samen een yogastudio. Daarnaast is Uta stafdocent bij het Himalaya TTP in Nederland en senior docent aan de Himalaya Institute for Yoga Meditation Network Society (HYMNS).