செய்தி வெளியீடு எண். 269 நாள். 22.06.2019

திருவள்ளூர் மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் திருமதி.மகேஸ்வரி ரவிக்குமார் இ.ஆ.ப., அவர்கள் தலைமையில் 5-வது சர்வதேச யோகா தின நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது.

திருவள்ளூர் மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் திருமதி.மகேஸ்வரி ரவிக்குமார் இ.ஆ.ப., அவர்கள், 21.06.2019 அன்று திருவள்ளூர் ஏ.பி.எஸ்.வித்யாமந்திர் மெட்ரிக் பள்ளி வளாகத்தில் நடைபெற்ற 5-வது சர்வதேச யோகா தின நிகழ்ச்சியில் கலந்துகொண்டு யோகா பயிற்சி செய்தார்கள். மேலும் பள்ளி வளாகத்தில் மரக்கன்றுகள் நடவு செய்யப்பட்டன.

மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் அவர்களின் அறிவுறுத்தலின்படி 5 நகராட்சிகள், 10 பேரூராட்சிகள், 526 கிராம ஊராட்சிகளுக்குட்பட்ட அரசு மேல்நிலைப்பள்ளிகள், அரசு உயர்நிலைப்பள்ளிகள், அனைத்து ஊராட்சி ஒன்றிய தொடக்கப்பள்ளிகள், நடுநிலைப்பள்ளிகள் ,அங்கன்வாடிகள், ஆரம்ப சுகாதார நிலையம், துணை சுகாதார நிலையங்களில் தமிழக அரசு மற்றும் ஹார்ட்புல்னெஸ் தியான மையம் இணைந்து, 600-க்கு மேற்பட்ட பயிற்சி பெற்ற யோகா பயிற்சியாளர்களை கொண்டு உள்முகம் சென்று உச்சம் தொடு என்ற தலைப்பில் யோகா பயிற்சிவகுப்பு நடத்தப்பட்டது. இதில் மாணவ, மாணவியர், மகளிர் சுய உதவிக்குழு உறுப்பினர்கள் மற்றும் பொதுமக்கள் என 50000-திற்கும் மேற்பட்டோர் கலந்துகொண்டு யோகா பயிற்சி செய்தனர்.

இப்பயிற்சியில் பல்வேறு யோகாசனங்கள் கற்பிக்கப்பட்டதுடன், யோகா செய்வதால் ஏற்படும் உடல் மற்றும் மனரீதியான நன்மைகள் குறித்தும் சுற்றுசூழலுக்கு உகந்த பொருட்கள் பயன்படுத்துவதால் ஏற்படும் நன்மைகள் குறித்தும் விளக்கப்பட்டது.

வெளியீடு : செய்தி மக்கள் தொடர்பு அலுவலர், திருவள்ளூர்.