செய்தி வெளியீடு எண் : 33 நாள் :21.06.2018

தேனி மாவட்டம்,
சர்வதேச யோகா தினத்தை முன்னிட்டு
மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் திருமதி பல்லவி பல்தேவ் இ.ஆ.ப., அவர்கள்
அரசு அலுவலர்கள் மற்றும் மாணவ, மாணவியர்கள் கலந்து கொண்ட யோகா பயிற்சியினை துவக்கி வைத்து பார்வையிட்டார்:-

******

தேனி மாவட்ட விளையாட்டு மைதானத்தில் சர்வதேச யோகா தினத்தை முன்னிட்டு மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் திருமதி ம.பல்லவி பல்தேவ், இ.ஆ.ப., அவர்கள் தலைமையில் இன்று (21.06.2018) அரசு அலுவலர்கள் மற்றும் மாணவ, மாணவியர்கள் கலந்து கொண்ட யோகா பயிற்சியினை துவக்கி வைத்து பார்வையிட்டார்.

மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் அவர்கள் தெரிவிக்கையில், ஐக்கிய நாடுகள் சபை ஜுன்-21-ஆம் நாளினை சர்வதேச யோகா தினமாக தீர்மானித்துள்ளதையொட்டி தமிழக அரசின் உத்தரவின்படி, அனைத்து பள்ளி, கல்லூரி மாணவ, மாணவியர்கள், அரசு அலுவலர்கள், காவல்த்துறையினர், விளையாட்டு வீரர்கள், வீராங்கனைகள் தேசிய மாணவர் படையைச் சார்ந்தவர்கள் பங்குபெறும் யோகா தினம் மாவட்டத்தில் பல்வேறு இடங்களில் நடைபெற்று வருகிறது. மாணவ, மாணவியர்களுக்கு கல்வி எவ்வாறு அவசியமோ அதை போன்று ஆரோக்கியமான உடல் நலம் மிக அவசியமாகும். யோகா பயிற்சியினை தினந்தோறும் மேற்கொள்ளுவதன் மூலம் மன அழுத்தம், உடற் சோர்வு குறைந்து, நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரித்து பல்வேறு உடல் உபாதைகளிலிருந்து பாதுகாத்து புத்துணர்வோடு சுறுசுறுப்புடன் வாழ்ந்திட இயலும்.

சர்வதேச யோகா தினத்தையொட்டி அரசு அலுவலர்கள் மற்றும் மாணவ, மாணவியர்களுக்கு தடாசனம், விருச்சசனம், உட்டாசனம், அர்த்தசக்கரசனம், திரிகோசனம், பாதகோசனம், வஜ்ஜிராசனம், உஷ்டராசனம், சாசன்காசனம், உத்தனமண்டுகாசனம், வக்கராசனம், மகராசனம், புஜங்காசனம், சல்பாசனம், சேதுவந்தாசனம், உத்தனபாதசனம், அர்த்தகலாசனம், பவனமுத்தாசனம், சாபாசனம், கபாலபாதரிசனம், பிரம்மரிபிரானயசனம், சீதலிபிரானயசனம் போன்ற பல்வேறு ஆசானங்கள் குறித்து பயிற்சி அளிக்கப்பட்டுள்ளது. எனவே, அரசு அலுவலர்கள், மாணவ, மாணவியர்கள் தினந்தோறும் யோகா பயிற்சியினை மேற்கொள்ள வேண்டும். மேலும், மாணவ, மாணவியர்கள் பொதுமக்களுக்கும், குடும்பத்தினர்களுக்கும் யோகா பயிற்சியினை பயிற்றுவித்து அனைவரும் நலமுடன் வாழ விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்திட வேண்டும் என மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் திருமதி ம.பல்லவி பல்தேவ் இ.ஆ.ப., அவர்கள் தெரிவித்தார்.

இந்நிகழ்ச்சியில், மாவட்ட வருவாய் அலுவலர் திரு.ச.கந்தசாமி அவர்கள், மாவட்ட தொழில் மைய பொது மேலாளர் திரு.ராமசுப்பிரமணியன் அவர்கள், மாவட்ட விளையாட்டு மற்றும் இளைஞர் நல அலுவலர் திரு.சுப்புராஜ் அவர்கள், யோகா பயிற்சியாளர்கள், அரசு அலுவலர்கள், மாணவ, மாணவியர்கள் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர்.

வெளியீடு : செய்தி மக்கள் தொடர்பு அலுவலகம், தேனி.