செ.வெ.எண்: 41/ஜூன் நாள் : 21.06.2017

இராமநாதபுரம் மாவட்டம்

சர்வதேச யோகா தினத்தை முன்னிட்டு நடைபெற்ற யோகா பயிற்சியினை மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் முனைவர்.ச.நடராஜன்,இ.ஆ.ப., அவர்கள் தொடங்கி வைத்தார்.

இராமநாதபுரம் மாவட்டம், சீதக்காதி சேதுபதி விளையாட்டரங்கில் இன்று (21.06.2017) சர்வதேச யோகா தினத்தை முன்னிட்டு நேரு யுவகேந்திரா மற்றும் தமிழ்நாடு விளையாட்டு மேம்பாட்டு ஆணையம் ஆகியவற்றின் சார்பாக நடைபெற்ற யோகா பயிற்சியினை மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் முனைவர்.ச.நடராஜன்,இ.ஆ.ப., அவர்கள் தொடங்கி வைத்தார்.

பயிற்சியினைத் துவக்கி வைத்து மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் அவர்கள் தெரிவித்ததாவது:

மனிதனின் ஆரோக்கியத்தை காத்திடும் விதமாக உலகமெங்கும் யோகா தினம் ஜூன் 21-ஆம் தேதி கொண்டாடப்பட்டு வருகிறது. யோகா என்பது உடல், மனம், ஆன்மாவின் ஒருங்கிணைந்த இயலாகும். உடலையும், மனதையும் ஒருங்கிணைத்து வாழ்நாளை நீட்டிக்க வழிவகை செய்கின்றது. யோகா உடல், மன நோய்களை நீக்கி உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தை தருகின்றது. மனதையும், உடலையும் ஒருநிலைப்படுத்துவதன் மூலம் மனதிற்கு அமைதி கிடைப்பதோடு உடலிற்கு புத்துணர்வும் ஏற்படுகின்றது. இன்றைய சூழ்நிலையில் யோகா என்பது அனைவருக்கும் தேவையான ஒன்றாக கருதப்படுகிறது. யோகாவில் பலவகைகள் உள்ளன. குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள், அலுவலகத்தில் பணிபுரிபவர்கள், பள்ளி, கல்லூரி மாணவச் செல்வங்கள் அனைவரும் தங்களின் உடல்நிலைக்கேற்ப தினமும் யோகா எடுத்துக் கொள்வது மிக மிக அவசியம். நோய்களிலிருந்து ஒவ்வொரு மனிதனும் தன்னை காத்துக் கொள்ள குறைந்தது அரை மணி நேரமாவது மனதை ஒருநிலைப்படுத்தி யோகா பண்ணுவது மிகவும் இன்றியமையாததாகும். ஆகையால் தொடர்ந்து இன்றிலிருந்து ஒவ்வொருவரும் யோகாசனங்கள் மேற்கொண்டு ஆரோக்கியமான வாழ்விற்கு வழிவகை செய்திட அனைவரும் முன்வர வேண்டும் என மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் அவர்கள் தெரிவித்தார்.

மனவளக் கலைமன்ற யோகா வல்லுநர் பேராசிரியர்.ஆர்.முருகேசன் அவர்கள் யோகா பயிற்சி அளித்தார்.

இப்பயிற்சியில் மாவட்ட காவல் கண்காணிப்பாளர் திரு.ஓம் பிரகாஷ் மீனர்,இ.கா.ப., ஊரக வளர்ச்சி முகமை திட்ட இயக்குநர் திரு.எஸ்.எஸ்.தனபதி, செய்தி மக்கள் தொடர்பு அலுவலர் திரு.கோ.அண்ணாதுரை, மாவட்ட விளையாட்டு மற்றும் இளைஞர் நலத்துறை அலுவலர் திரு.பிராங் பால் ஜெயசீலன், மாவட்ட உடற்கல்வி ஆய்வாளர் திருமதி.வசந்தி நேருயுவகேந்திராவை சார்ந்த திரு.சதீஷ் உள்பட பள்ளி , கல்லூரி மாணவ, மாணவியர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

பின்னர் கேணிக்கரை இணை இயக்குநர் (நலப்பணிகள்) அலுவலகத்தில் நடைபெற்ற அரசு பெண்கள் கலைக்கல்லூரி மாணவியர்கள் பங்றே்ற யோகா பயிற்சியினை மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் முனைவர்.ச.நடராஜன்,இ.ஆ.ப., அவர்கள், துவக்கி வைத்தார்.

இந்நிகழ்ச்சியில் இணை இயக்குநர் (நலப்பணிகள்) டாக்டர்.ராஜா குணசீலன், மாவட்ட சித்த மருத்துவ அலுவலர் டாக்டர்.பார்த்தீபன், மருத்துவமனை கண்காணிப்பாளர் டாக்டர்.கருப்பசாமி, உள்ளுரை மருத்துவ அலுவலர் டாக்டர்.விநாயகமூர்த்தி, இயற்கை மருத்துவர் டாக்டர்.ஷர்மிளா உள்ளிட்டோர் கலந்து கொண்டனர்.

வெளியீடு: செய்தி மக்கள் தொடர்பு அலுவலகம், இராமநாதபுரம்