

## **INTERNATIONAL DAY OF YOGA ORGANIZED ON 21<sup>ST</sup> JUNE 2018 AT MITS CAMPUS**

### **A REPORT**

**International Day of Yoga**, or commonly and unofficially referred to as **Yoga Day**, is celebrated annually on 21 June since its inception in 2015. An international day for yoga was declared unanimously by the United Nations General Assembly (UNGA).<sup>[1]</sup> Yoga is a physical, mental and spiritual practice attributed mostly to India. The Indian Prime Minister Narendra Modi in his UN address suggested the date of 21 June, as it is the longest day of the year in the Northern Hemisphere and shares special significance in many parts of the world.

All the students of 1<sup>st</sup> year B.Tech assembled at main seminar hall. Student Welfare Officer Sameena Khan addressed the gathering. She invited the Principal Dr. C. Yuvaraj and Dean Ram Prasad Rao “Dean Industry Institute Interaction NSS program officer Dr. K.V. Raaju, and Dr.Ahmed Basha Incharge of Mits student clubs.

Princial Dr. C. Yuvaraj in his message mentioned that Yoga is an invaluable gift of India's ancient tradition. He also told that it also embodies unity of mind and body thought and action; restraint and fulfillment; harmony between man and nature; a holistic approach to health and well-being.

Dean Rampradrao also expressed that yoga is a tool the government of India has decided to take forward the momentum created by International Day of Yoga, 2015 with greater and more active participation of youth during the current year celebrations.

Dr. K. V. V. Raaju NSS program officer and Ahmed Basha student culbs coordinators participated in the event. The students all participated in the yoga training and Mediations. The faculty trainers trained the entire gathering in yoga and meditation. The program became grand success. In this 250 student volunteers attended.



## యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం

మిట్స్ లో - యోగాసనాలతో ఆరోగ్యం, ఆనందమయమైన జీవితాన్ని పొందవచ్చని మిట్స్ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల ప్రీస్నిపల్ డాక్టర్ సి.యువరాజ్ తెలిపారు. అంగళ్ళు సమీపంలోని మిట్స్ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల నందు ప్రవంచ యోగా దినోత్సవాన్ని ఘనంగా జరుపుకున్నారు. కార్యక్రమంలో డీన్ ఐఐఐసి డాక్టర్ రామప్రసాద్ రావు, ఎస్ఎస్ఎస్ కోఆర్డినేటర్ డాక్టర్ కెవివి రాజు స్టూడెంట్ క్లబ్స్ కోఆర్డినేటర్ అహ్మద్ బాషా, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

# మిట్స్ కళాశాలలో అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం



కురబలకోట, జూన్ 21 (తరణం ప్రతినీధి) : అంగళ్లు సమీపంలోని మదనపల్లి ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ టెక్నాలజీ అండ్ సైన్స్ మిట్స్ కళాశాల నందు ప్రపంచ యోగా దినోత్సవాన్ని ఘనంగా జరుపుకోవడం జరిగిందని కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ సి.యువరాజ్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ యోగాసనాలతో ఆరోగ్యం, ఆనందమైన జీవితాన్ని పొందవచ్చునన్నారు. నాలుగవ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని కళాశాలలోని సెమినార్ మందిరం నందు విద్యార్థులచే యోగాసనాలు వేయించారు. యోగాసాధనతో మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుందని, యోగా భారతదేశంలో వృద్ధి పెరిగి ప్రపంచమంతటా విస్తరించిందన్నారు. కావున ప్రతిరోజూ విద్యార్థులు మరియు అధ్యాపకులు క్రమం తప్పకుండా యోగా ఆచరించడం వలన ఆరోగ్యం, శారీరక, మానసిక ఒత్తిళ్లకు దూరంగా ఉండుటకు ఎంతో ఉపయోగకరమని ఆసనాలు, ఆరోగ్యం, ఆనందమైన జీవితాన్ని గడుపువచ్చునని తెలిపారు. చిన్నపిల్లల నుండి పెద్దల వరకు మానసిక ఒత్తిడికి గురవుతున్నారని, దీంతో అనేక వ్యాధుల బారిన పడుతున్నారని తెలిపారు. ఈ వివత్యర పరిణామానికి స్పస్తి పలికే



సంజీవనిగా యోగా మారుతుందని పేర్కొన్నారు. ప్రతి ఏడాది అంతర్జాతీయ దినోత్సవాన్ని జరుపుకోవాలని ఐరాన వేదికగా అంతర్జాతీయ సమాజానికి పిలుపునిచ్చారు. అదే ఏడాది డిసెంబర్ 11న మోదీ ప్రతిపాదనలను ఐరాన జనరల్ ఆసెంబ్లీ ఆమోదముద్ర వేసింది. జూన్ 21న అంతర్జాతీయ యోగాదినోత్సవంగా 193 నభ్యదేశాలకు 177 దేశాలు ఏకగ్రీవంగా ఓటు వేశాయి. దీంతో జూన్ 21వ తేదీన ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఈ దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటాన్నాయని గుర్తుచేశాయి. 2015 జూన్ 21న ఢిల్లీ రాజ్ పథ్ లో కేంద్రప్రభుత్వ మొట్టమొదటి యోగా దినోత్సవాన్ని అట్టహాసంగా నిర్వహించింది. అదేరోజు రెండు గిన్నిస్ వరల్డ్ రికార్డులను నెలకొల్పడం మరో విశేషం. ఒకే వేదికపై 35,980 మంది యోగా చేసిన వెంగా ఈవెంట్ తోపాటు 84 దేశాల పౌరులు పాల్గొన్న ఏకైక యోగా క్రమక్రమంగా రికార్డులు నమోదు చేస్తుంది. ఈ కార్యక్రమంలో డీన్ ఐఐఐటీ డాక్టర్ రామ్ ప్రసాద్ రావు, ఎన్ఎస్ఎస్ కో-ఆర్డినేటర్ డాక్టర్ కె.వి.వి.రాజు, స్టూడెంట్స్ క్లబ్ కో-ఆర్డినేటర్ డాక్టర్ అహమ్మద్ బాష మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

## శారీరక..మానసిక..యోగం వస్తుంది..!



యోగా కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న విద్యార్థులు

### ● కురబలకోటలో..

అంగళ్లు (కురబలకోట), న్యూనటుడే:

యోగా ఆరోగ్య సంజీవనిగా పని చేస్తుందని మిట్స్ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ యువరాజ్ పేర్కొన్నారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని గురువారం కళాశాలలో నిర్వహించారు. విద్యార్థులు, అధ్యాపకులకు యోగాపై అవగాహన, శిక్షణ కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు.

# ఘనంగా యోగా దినోత్సవం



కురబలకోట: మిట్స్ లో విద్యార్థుల యోగా

మిట్స్ ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలో  
కూడా యోగా డే ఘనంగా జరిగింది.