



ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం - రాజమహేంద్రవరం

ఘడియో సెల్ (ANUR)

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా నిర్వహిస్తున్న కార్యశాల

కేబిడ్ 19 - ఆరాగ్య సంరక్షణలో యోగ్

తేదీ : 21-06-2021

సమయం : సా.04.00 - 05.30 వరకు

ముఖ్య అతిథి



ఆచార్య మొక్కా జగన్నాథరావు గారు
వైస్ ఛాన్సలర్, ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం

క్లిలకలపక్షం



అశోక్ కుమార్ వి

ఫౌండర్ ఆఫ్ బోధి యోగ్ అకాడమీ
అంతర్జాతీయ యోగా ఉపాధ్యాయ శిక్షణ సంస్థ, అమెరికా



సభాధ్యక్షులు

ఆచార్య టి.అశోక్ గారు

రిజిస్ట్రార్, ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం
రాజమహేంద్రవరం



ఆత్మీయ సందేశం

ఆచార్య ఎస్.వేకి గారు

ప్రిన్సిపాల్ ఆర్ట్స్ అండ్ కామర్స్ కళాశాల
ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం



జలదీప్ ఆసక్తులు

ఎ.శ్యామ్ సుందర్ గారు

వై.సి.టి యోగా డీవర్
శ్రీరావర్తి రామ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ యోగా, కానవరం



9701293231
pro@aknu.edu.in

వీక్షించండి



nannaya news tv ZOOM

సంచాలకులు



డా. తలారి వాసు
సహాయాచార్య, తెలుగుశాఖ
ఎడిటర్, నన్నయవాణి



పువ్వల ఆనంద్
ప్రజా సంబంధాల అధికారి
కోఆర్డినేటర్, మీడియా సెల్

ఆదికవి నన్నయ యూనివర్సిటీ - రాజమహేంద్రవరం



సంక్లిష్ట నివేదిక

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా

కార్యశాల

కోవిడ్ - 19

ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగ

తేది :- 21-06-2021 & సమయం :- మ. 04.00 నుండి సా. 05.30

ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం మీడియా సెల్ ఆధ్వర్యంలో అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని 21-06-2021 తేదీన కార్యశాలను నిర్వహించారు. “కోవిడ్ 19 – ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగ” అనే అంశంపై జరిగిన ఈ సదస్సుకు కన్వీనర్లుగా డా.తలారి వాసు, పి.ఆర్.వో ఆనంద్ వ్యవహరించారు. దీనికి ముఖ్య అతిథిగా వీసీ ఆచార్య మొక్కా జగన్నాథరావు హాజరై మాట్లాడుతూ యోగ చేయడం ద్వారా శారీరకంగా, మానసికంగా, ఆధ్యాత్మికంగా ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని తెలిపారు. శరీరాన్ని మనస్సును ఏకం చేయడమే యోగ ముఖ్య ఉద్దేశమని చెప్పారు. యోగ ఫర్ వెల్ నెస్ థీమ్ తో ఈ ఏడాది యోగాను నిర్వహిస్తున్నామని అన్నారు. కోవిడ్ వంటి భయంకర పరిస్థితుల్లో యోగా ఎంతో మేలు చేస్తుందని చెప్పారు. ప్రాచీన భారతీయ సంస్కృతిలో భాగమైన యోగాను ప్రపంచ దేశాలు నేడు ఆచరిస్తూ ఫలితాలను చూస్తున్నారని తెలిపారు. యోగాపై అందరూ పూర్తిగా అవగాహన పెంచుకొని ఆచరిస్తే జీవన విధానం పూర్తిగా మారుతుందని ఆరోగ్యవంత సమాజం ఏర్పాడుతుందని తెలియజేశారు. ప్రముఖ యోగా గురువు వి.అశోక్ కుమార్, ఫౌండర్ ఆఫ్ బోధి యోగ అకాడమీ – అమెరికా వారు మాట్లాడుతూ కోవిడ్ నుండి బయటపడటానికి యోగా ఒక చక్కని మార్గమని అన్నారు. యోగా చేయడం ద్వారా శారీరక, మానసిక శక్తిని పెంచుకోవచ్చని తెలిపారు. శ్వాసపై ద్యాసను పెట్టడం ద్వారా జీవన స్థితిని మెరుగుపరచుకోవచ్చని తెలియజేశారు. తరువాత యోగా ప్రోటోకాల్ ఆసనాలు విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థులు చండిప్రియ, సత్యకళ్యాణి నిర్వహించారు. శ్రీరాపర్తి రామ ఇన్నిట్యూట్ ఆఫ్ యోగా కానవరం నిర్వహకులు డా.ఎస్.వి.వి.ఎస్.శర్మ, ఎ.శ్యామ్ సుందర్ జలదీప్ ఆసనాలను ప్రదర్శించి యోగ ఔనత్యాన్ని తెలియజేసి అందరిని ఆకట్టుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య టి.అశోక్, ప్రిన్సిపాల్స్ ఆచార్య ఎస్.టి.కి, డా.కె.రమణేశ్వరి, కన్వీనర్లు డా.తలారివాసు, పి.ఆర్.వో ఆనంద్, డా.బి.రామ్ గోపాల్, డా.బి.కమలదేవి (న్యూజిల్లీ) మరియు ఉమ్మడి తెలుగు రాష్ట్రాలతో పాటు ఆయా ప్రాంతాల నుండి అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

యోగా కార్యశాల ప్రోగ్రామ్ షీట్
ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం మీడియా సెల్
కోవిడ్ 19 - ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగ

తేది :- 21-06-2021 & సమయం :- మ. 04.00 నుండి సా. 05.00

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా
ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం మీడియా సెల్ నిర్వహిస్తున్న కార్యశాల

కోవిడ్ 19 - ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగ

తేది :- 21.06-2021 & సమయం :- ఉదయం 04.00 నుండి

- ప్రార్థన, అహ్వానం : డా.బి.కమలదేవి గారు, న్యూఢిల్లీ
- సభాధ్యక్షులు : ఆచార్య తుపాకుల అశోక్ గారు, రిజిస్ట్రార్
- తొలిపలుకులు : ఆచార్య ఎస్.టికి గారు, ప్రెస్సిపాల్
- ముఖ్య అతిథి : ఆచార్య మొక్కా జగన్నాథరావు గారు
వైస్ ఛాన్సలర్, ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం
- కన్వీనర్ నోట్ : డాక్టర్ తలారి వాసు గారు / పువ్వల ఆనంద్ (పి.ఆర్.వో)
- కీలక ఉపన్యాసం : వి.అశోక్ కుమార్ (కోవిడ్ 19 - ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగ)
ఫౌండర్ ఆఫ్ బోధి యోగ అకాడమీ - అమెరికా
- ప్రోటోకాల్ ఆసనాలు : చండిప్రియ, సత్యకళ్యాణి (విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థులు)
- జలదీప్ : ఎ.శ్యామ్ సుందర్ (జలదీప్ ఆసనాల ప్రదర్శన)
- వందన సమర్పణ : డా.బి.రామ్ గోపాల్, యూనిర్సిటీ ఫిజికల్ డైరెక్టర్

WEBMASTER AKNU is inviting you to a scheduled Zoom meeting.

Topic: కోవిడ్ 19 - ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగ

Time: Jun 21, 2021 04:00 PM India

Join Zoom Meeting

<https://zoom.us/j/92396744333>

Meeting ID: 923 9674 4333

One tap mobile

+13017158592,,92396744333# US (Washington DC)

+13126266799,,92396744333# US (Chicago)

Dial by your location

+1 301 715 8592 US (Washington DC)

+1 312 626 6799 US (Chicago)

+1 346 248 7799 US (Houston)

+1 646 558 8656 US (New York)

+1 669 900 9128 US (San Jose)

+1 253 215 8782 US (Tacoma)

Meeting ID: 923 9674 4333

Find your local number: <https://zoom.us/u/acVHw6IVGa>

యోగా కార్యశాల యూట్యూబ్ లైవ్

<https://youtu.be/NrdUT-Ow9vs>

ఆరోగ్య సంరక్షణకు యోగా ఉపయోగం

వీసీ ఆచార్య మొక్కా జగన్నాథరావు

23.06.21 (మీడియా సెల్) కోవిడ్ వంటి విపత్కర పరిస్థితుల్లో ఆరోగ్య సంరక్షణకు యోగా ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని, అందరూ యోగాపై పూర్తి అవగాహన పెంచుకొని యోగా చేస్తూ ఆరోగ్యాలను కాపాడుకోవాలని ఉపకులపతి ఆచార్య మొక్కా జగన్నాథరావు అన్నారు. ఆదికవి నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం మీడియా సెల్ ఆధ్వర్యంలో అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని కార్యశాలను నిర్వహించారు. “కోవిడ్ 19- ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగ” అనే అంశంపై జరిగిన ఈ కార్యశాలకు కన్వీనర్లుగా డా.తలారి వాసు, పి.ఆర్.వో. పువ్వల ఆనంద్ వ్యవహరించారు. దీనికి ముఖ్య అతిథిగా వీసీ ఆచార్య మొక్కా జగన్నాథరావు హాజరై మాట్లాడుతూ యోగా చేయడం ద్వారా శారీరకంగా, మానసికంగా, ఆధ్యాత్మికంగా ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని తెలిపారు. శరీరాన్ని మనస్సును ఏకం చేయడమే యోగా ముఖ్య ఉద్దేశమని చెప్పారు. యోగ ఫర్ వెల్ నెస్ థీమ్ తో ఈ ఏడాది యోగాను నిర్వహిస్తున్నామని అన్నారు. కోవిడ్ వంటి భయంకర పరిస్థితుల్లో యోగా ఎంతో మేలు చేస్తుందని చెప్పారు. ప్రాచీన భారతీయ సంస్కృతిలో భాగమైన యోగాను ప్రపంచ దేశాలు నేడు ఆచరిస్తూ ఫలితాలను చూస్తున్నారని తెలిపారు. యోగాపై అందరూ పూర్తిగా అవగాహన పెంచుకొని ఆచరిస్తే జీవన విధానం పూర్తిగా మారుతుందని ఆరోగ్యవంతులైన సమాజం ఏర్పాటుతుందని తెలియజేశారు. ప్రముఖ యోగా గురువు వి.అశోక్ కుమార్, ఫౌండర్ ఆఫ్ బోధి యోగ అకాడమీ - అమెరికా వారు మాట్లాడుతూ కోవిడ్ నుండి బయటపడటానికి యోగా ఒక



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న వీసీ జగన్నాథరావు

చక్కని మార్గమని అన్నారు. యోగా చేయడం ద్వారా శారీరక, మానసిక శక్తిని పెంచుకోవచ్చని తెలిపారు. శ్వాసపై ధ్యాసను పెట్టడం ద్వారా జీవన స్థితిని మెరుగుపరచుకోవచ్చని తెలియజేశారు. తరువాత యోగా ప్రోటోకాల్ ఆసనాలు విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థులు చందిప్రియ, సత్యకళ్యాణి నిర్వహించారు. శ్రీరాపర్తి రామ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ యోగా, కానవరం నిర్వాహకులు డా.ఎస్.వి.వి.ఎస్.శర్మ, ఎ.శ్యామ్ సుందర్ జలదీప్ ఆసనాలను ప్రదర్శించి యోగా ఔన్నత్యాన్ని తెలియజేసి అందరినీ ఆకట్టుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య డి.అశోక్, ప్రిన్సిపాల్స్ ఆచార్య ఎస్.టి.కి, డా.కె.రమణేశ్వర్, కన్వీనర్లు డా.తలారివాసు, పి.ఆర్.వో ఆనంద్, డా.బాసింశెట్టి రామ గోపాల్, డా.బి.కమలా దేవి (స్యాథిల్లీ) మరియు ఉమ్మడి తెలుగు రాష్ట్రాలతో పాటు ఆయా ప్రాంతాల నుండి అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

- 'నన్నయ' వీసీ ఆచార్య జగన్నాథరావు
- 'కోవిడ్ 19 - ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగా' అనే అంశంపై ఆన్లైన్ సదస్సు

రాజనగరం: కోవిడ్ వంటి విపత్కర పరిస్థితుల్లో ఆరోగ్య సంరక్షణకు యోగా ఎంతో అండగా ఉంటుందని ఆదికవి నన్నయ యూనివర్సిటీ వీసీ ఆచార్య ఎం. జగన్నాథరావు అన్నారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని 'కోవిడ్ 19 - ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగా' అనే అంశంపై సోమవారం సాయంత్రం నిర్వహించిన ఆన్లైన్ సదస్సులో వీసీ మాట్లాడారు. ప్రతి ఒక్కరూ యోగాపై అవగాహన పెంచుకుని, సాధన ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలన్నారు. ప్రముఖ యోగా గురువు వి.అశోక్ కుమార్ మాట్లాడుతూ కోవిడ్ నుండి బయటపడటానికి యోగా చక్కని మార్గమన్నారు. శ్వాసపై ధ్యాసను పెట్టడం ద్వారా జీవన స్థితిని మెరుగుపరచుకోవచ్చని సూచించారు. అనంతరం శ్రీరాపర్తి రామ యోగా (కానవరం) నిర్వాహకులు డాక్టర్ ఎస్.టి.కి శర్మ, ఎ.శ్యామ్ సుందర్ జలదీప్ ఆసనాలు వేసి, యోగా ఔన్నత్యాన్ని తెలియజేశారు. డాక్టర్ తలారి వాసు, పి.ఆర్.వో.ఆనంద్, డాక్టర్ రామగోపాల్ కన్వీనర్లుగా వ్యవహరించి ఈ కార్యక్రమంలో 'నన్నయ వర్సిటీ రిజిస్ట్రార్ ఇన్చార్జ్ డాక్టర్ డి.అశోక్, ప్రిన్సిపాల్స్ ఆచార్య ఎస్.టి.కి, డాక్టర్ కె. రమణేశ్వర్, డాక్టర్ బి. కమలాదేవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

'నన్నయ' ఉపకులపతి జగన్నాథరావు

దివాన్‌చెరువు, జూన్ 21: కొవిడ్ వంటి విపత్కర పరిస్థితుల్లో ఆరోగ్య సంరక్షణకు యోగా దోహద పడుతుందని నన్నయ విశ్వవిద్యాలయం ఉపకులపతి మొక్కా జగన్నాథరావు అన్నారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా నన్నయ వర్సిటీ మీడియా సెల్ ఆధ్వర్యంలో 'కొవిడ్-19 ఆరోగ్య సంరక్షణలో యోగా' అంశంపై సోమవారం సదస్సు నిర్వహించారు. వీసీ ముఖ్య ఆతిథిగా విచ్చేసి అందరూ శరీరాన్ని, మనసును ఏకం చేయడమే యోగా ముఖ్యోద్దేశ్యమని తెలిపారు. యోగా గురువు, ఫౌండర్ ఆఫ్ బోధి యోగా అకాడమీ వి.ఆశోక్ కుమార్ మాట్లాడుతూ కొవిడ్ నుంచి బయటపడడానికి యోగా చక్కని మార్గమని చెప్పారు. యోగా ప్రొటోకాల్ ఆసనాలను వర్సిటీ విద్యార్థులు చండీప్రియ, సత్యకళ్యాణి నిర్వహించారు. కానవరంలోని శ్రీరాపర్తి రామ యోగా ఇనిస్టిట్యూట్ నిర్వాహకులు ఎస్వీఎస్ శర్మ, ఎ.శ్యామ్ సుందర్, జలదీప్ ఆసనాలను ప్రదర్శించారు. రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య టి.ఆశోక్, ప్రెస్సిపాల్స్ ఆచార్య ఎస్.టికి, కె.రమణేశ్వరి, కన్వీనర్లు తలారి వాసు, పి.ఆనంద్, బి.రామగోపాల్, బి.కమలాదేవి పాల్గొన్నారు.

ప్రపంచ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా మీడియా సెల్ నిర్వహించిన

కొవిడ్ 19 ఆరోగ్య సంరక్షణ కార్యశాలకు సహకరించిన అందరికి

ధన్యవాదాలు

పువ్వల ఆనంద్, పి.ఆర్.ఓ

కో.ఆర్డినేటర్ - మీడియా సెల్

ఆదికవి నన్నయ యూనివర్సిటీ

9701293231, 709 300 9120

pro@aknu.edu.in, anandanurpro@gmail.com,