<u>Awareness of Yoga Rally</u>

The National Service Scheme (NSS) Unit of [Your Institution Name] organized an **Awareness Rally on Yoga** to promote the importance of yoga in daily life. The rally was conducted in anticipation of **International Yoga Day** and aimed at spreading awareness among the public about the physical, mental, and spiritual benefits of practicing yoga.

The rally began at Usharama college campus and concluded at Pottipadu village, covering approximately 3 kilometers. Over **140 NSS volunteers** actively participated in the event. The students carried placards, banners, and chanted slogans related to yoga and wellness.

Volunteers also performed simple yoga demonstrations at key points along the route to engage the public. Pamphlets explaining the benefits of yoga and how to get started were distributed to bystanders and shopkeepers

యోగాంధ్రను విజయవంతం చేయాలి

ప్రజాశక్తి-ఉంగుటూరు: ఈనెల 21న జరగనున్న యోగాంధ్రను జయప్రదం చేయాలని ఉషా రామ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జీవీకేఎస్వీ ప్రసాద్ అన్నారు. బుధవారం మండలంలోని ఉషా రామ విద్యార్థులు కళాశాల నుండి పొట్టిపాడు వరకు ప్రదర్శన నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన సభలో ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తున్న యోగాంధ్రా కార్యక్రమంలో అందరూ భాగస్వాములు కావాలని, యోగా వల్ల వ్యక్తిగత ఆరోగ్యమే కాకుండా మానవత్వం, పర్యావరణ పరిరక్షణ, ప్రపంచ ఐక్యత ప్రతికటిస్తుందని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ మురళీకష్ణ, డాక్టర్ శ్రీహరి బాబు, ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్లు, పిజికల్ డైరెక్టర్ సత్యనారాయణ, విద్యార్థిని విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

యోగ ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం : ప్రిన్సిపాల్ డా ప్రసాద్

ఎన్ఎస్ఎస్ ఆధ్వర్యంలో ఉషారామ విద్యార్థులు యోగాంధ్ర ర్యాలీ

ఉంగుటూరు, ఉదయతార : యోగా ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం పొందవచ్చని ఉషారామ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జి వి కె ఎస్ వి ప్రసాద్ అన్నారు. ఉంగుటూరు మండలం,పొట్టిపాడు గ్రామంలో ఉషారామ ఎన్ఎస్ఎస్ విద్యార్థులు బుధవారం నాడు యోగాంధ్ర ర్యాలీని నిర్వహించారు. 100 మంది విద్యార్థులతో జరిగిన ఈ ర్యాలీ ప్రజలకు అవగాహన కల్పించింది. ఈ సందర్భంగా కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డా ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ ఈనెల 21వ తేదీన యోగ దినోత్సవం ను ఘనంగా జరుపుకుందామని, ప్రతి ఒక్కరు యోగ లో పాల్గొనాలని సూచించారు. యోగా కేవలం వ్యక్తిగత ఆరోగ్యమే కాకుండా, మానవత్వం, పర్యావరణ పరిరక్షణ, ప్రపంచ ఐక్యత స్ఫూర్తి కూడా ప్రతిభంబిస్తుందన్నారు. యోగ డే మనకు గవర్నమెంట్ “ఒక భూమి” ఒక ఆరోగ్యం” థీమ్ తో ఈనెల 21న విశాఖలో యోగా డే ను నిర్వహిస్తున్నారని విద్యార్థులకు సూచించారు. యోగా వల్ల ఉపయోగాలను విద్యార్థులు తమ తల్లిదండ్రులకు, అలాగే చుట్టుపక్కల ఉన్న వాళ్లకు కూడా వివరించాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ మురళీకృష్ణ , ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రామ్ ఆఫీసర్ డా శ్రీహరిబాబు, కళాశాల ఫిజికల్ డైరెక్టర్ సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ABN
ఆంధ్రజ్యోతి

యోగాతో ఆరోగ్యవంతమైన జీవనశైలి

ఉంగుటూరు, జూన్ 18 (ఆంధ్రజ్యోతి) : ఆరోగ్యవంతమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవడంలో యోగా శక్తివంతమైన సాధనంలా పనిచేస్తుందని, ప్రతి ఒక్కరూ తమ దైనందిన జీవితంలో యోగాను అంతర్భాగంగా చేసుకోవాలని తేలప్రోలు ఉషారామా ఇంజనీరింగ్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ జీవీకేఎస్వీ ప్రసాద్ అన్నారు. 11వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని బుధవారం స్థానిక కళాశాల ఎన్ఎస్ఎస్ విభాగానికి చెందిన విద్యార్థులు యోగాంధ్ర ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రామ్ ఆఫీసర్ వి.శ్రీహరిబాబు, ప్రొఫెసర్ మురళీకృష్ణ, కళాశాల ఫిజికల్ డైరెక్టర్ సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు.

యోగ ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం : ప్రిన్సిపాల్ డా ప్రసాద్

ఎన్ఎస్ఎస్ ఆద్వర్యంలో ఉషారామ విద్యార్థులు యోగాంధ్ర ర్యాలీ

ఉంగుటూరు, ఉదయతార : యోగా ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం పొందవచ్చని ఉషారామ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జి వి కె ఎస్ వి ప్రసాద్ అన్నారు. ఉంగుటూరు మండలం,పొట్టిపాడు గ్రామంలో ఉషారామ ఎన్ఎస్ఎస్ విద్యార్థులు బుధవారం నాడు యోగాంధ్ర ర్యాలీని నిర్వహించారు. 100 మంది విద్యార్థులతో జరిగిన ఈ ర్యాలీ ప్రజలకు అవగాహన కల్పించింది. ఈ సందర్భంగా కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డా ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ ఈనెల 21వ తేదీన యోగ దినోత్సవం ను ఘనంగా జరుపుకుందామని, ప్రతి ఒక్కరు యోగ లో పాల్గొనాలని సూచించారు. యోగా కేవలం వ్యక్తిగత ఆరోగ్యమే కాకుండా, మానవత్వం, పర్యావరణ పరిరక్షణ, ప్రపంచ ఐక్యత స్ఫూర్తి కూడా ప్రతిభంబిస్తుందన్నారు. యోగ డే మనకు గవర్నమెంట్ "ఒక భూమి" ఒక ఆరోగ్యం" థీమ్ తో ఈనెల 21న విశాఖలో యోగా డే ను నిర్వహిస్తున్నారని విద్యార్థులకు సూచించారు. యోగా వల్ల ఉపయోగాలను విద్యార్థులు తమ తల్లిదండ్రులకు, అలాగే చుట్టుపక్కల ఉన్న వాళ్లకు కూడా వివరించాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ మురలీకృష్ణ , ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రామ్ ఆఫీసర్ డా శ్రీహరిబాబు, కళాశాల ఫిజికల్ డైరెక్టర్ సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆంధ్రప్రభ

విద్యార్థులు యోగాడేను విజయవంతం చేయాలి

-డాక్టర్ జీవీకేఎస్వీప్రసాద్

ఉంగుటూరు,జూన్ 18 ఆంధ్రప్రభ:ఈనెల 21న జరిగే యోగా డే లో అందరూ పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని కృష్ణా జిల్లా ఉంగుటూరు మండలం తేలప్రోలు ఉషారామ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ కోరారు. ఉషా రామా ఇంజనీరింగ్ కళాశాల ఎన్ఎస్ఎస్ విభాగం ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థులు కళాశాల నుండి పొట్టిపాడు వరకు యోగ డే అవగాహన ర్యాలీ బుధవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ యోగా వ్యక్తిగత ఆరోగ్యమే కాక మానవత్వం,పర్యావరణం, పరిరక్షణ,ప్రపంచ ఐక్యత స్ఫూర్తిని కూడా ప్రతిబింబిస్తుందని తెలిపారు. యోగా వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను విద్యార్థులు వారి తల్లిదండ్రులకు, పరిసరాల్లోని ప్రజలకు వివరించి,ప్రభుత్వం ఈ నెల 21న నిర్వహించే యోగా డే కార్యక్రమంలో పాల్గొనే విధంగా వారిని చైతన్యవంతం చేయాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్ డాక్టర్ వి. శ్రీహరిబాబు,డాక్టర్ మురళి కృష్ణ కళాశాల ఫిజికల్ డైరెక్టర్ సత్యనారాయణ, విద్యార్థినీ, విద్యార్థులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

యోగాడే అవగాహన ర్యాలీ నిర్వహిస్తున్న ఉషారామా