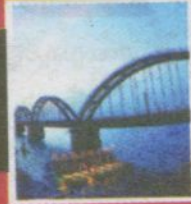


ఆంధ్రజ్యోతి

ANDHRAJYOTHI



తూర్పుగోదావరి

16+4

శుక్రవారం 22 జూన్ 2018

సిద్ధాంత వ్యాసానికి పీహెచ్డిగా ఆమోదం

జేఎన్టీయూకే, జూన్ 21:

పరిశీలకుల బృందం సిపార్సుల మేరకు ఎం.నాగేశ్వరరావు సిద్ధాంత వ్యాసానికి జేఎన్టీయూకే పీహెచ్డిగా ఆమోదముద్ర వేసినట్లు వర్సిటీ పీఆర్సో ప్రొఫెసర్ సీహెచ్ సాయిబాబు తెలిపారు. మెకాని

కల్ ఇంజనీరింగ్ విభాగంలో డాక్టర్ ఆఫ్ ఫిలాసఫీ ఆవార్డు లభించిందన్నారు. కేఎల్ విశ్వవిద్యాలయ మెకానికల్ ఇంజనీరింగ్ విభాగంలో నాగేశ్వరరావు ఆసోసియేట్ ప్రొఫెసర్గా విధులు నిర్వర్తిస్తున్నారని తెలిపారు.

యోగా మెరుగైన సాధనం

జేఎన్టీయూకే, జూన్ 21: ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకునేందుకు

యోగా మెరుగైన సాధనమని జేఎన్టీయూకే గేమ్స్ సోర్స్ట్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ డైరెక్టర్ ప్రొఫెసర్ జి.అబ్దుయ్యు తెలిపారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా గురువారం ఉదయం వర్సిటీలోని స్టూడెంట్ ఎమినిటీస్ భవనంలో యోగా దినోత్సవాన్ని నిర్వహించి యోగా సాధన చేసారు. యోగా గురువు కె.సుధ పర్యవేక్షణలో ఆసనాలు చేసారు. ఈ సందర్భంగా అబ్దుయ్యు మాట్లాడుతూ యోగావల్ల మనస్సు, శరీరం తేలికావుతుందని మానసిక బలం ఏకాగ్రత చేకూరుతుందన్నారు. కార్యక్రమంలో వర్సిటీ సోర్స్ట్ కౌన్సిల్ కార్యదర్శి డాక్టర్ జి.శ్యామ్ కుమార్, ఎన్ఎస్ఎస్ సమన్వయకర్త డాక్టర్ శ్రీకుమార్, అధ్యాపక, అధ్యాపకేతర సిబ్బంది, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

Estd. 1938

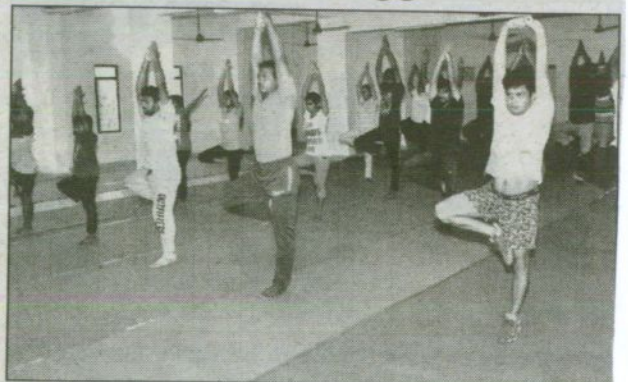
ఆంధ్రవైభవ

Journalism first!

శుక్రవారం 22, జూన్ 2018

ఆరోగ్యరక్షణకు యోగా తప్పనిసరి

కాకినాడ, ప్రభుస్వాస్ ప్రతినిధి : ఆధునిక యుగంలో అనేక రకాలైన ఒత్తిళ్లు ప్రజలను అనారోగ్యాలకు గురి చేస్తున్నాయని యూనివర్సిటీ గేమ్స్ అండ్ సోర్స్ట్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ డైరెక్టర్ ప్రొఫెసర్ జి అబ్దుయ్యు పేర్కొన్నారు. ఈ ఒత్తిళ్లను అధిగమించి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకునేందుకు యోగా ఒక్కటే మార్గమన్నారు. అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని గురువారం జేఎన్టీయూకే స్టూడెంట్ ఎమినిటీస్ బిల్డింగ్లో ఘనంగా నిర్వహించి యోగా సాధన చేశారు. డైరెక్టర్ అబ్దుయ్యు, ఎన్ఎస్ఎస్ కో-ఆర్డినేటర్ డా.కె.శ్రీకుమార్, యూనివర్సిటీ సోర్స్ట్ కౌన్సిల్ సెక్రటరీ డా.జి.శ్యామ్ కుమార్, టీచింగ్, నాన్ టీచింగ్ స్టాఫ్, ఎన్ఎస్ఎస్ అధికారులు, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొని యోగా గురువు కె.సుధ అధ్వర్య పర్యవేక్షణలో ఆసనాలు చేశారు. ఈ అబ్దుయ్యు మాట్లాడుతూ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకునేందుకు యోగా మెరుగైన సాధనమన్నారు. యోగా వలన మనస్సు మరియు శరీరం తేలిక అవుతుందని, మానసిక బలం, ఆత్మవిశ్వాసం, ఏకాగ్రత చేకూరుతుందన్నారు. యువత యోగాను



అభ్యసించడం వలన చెడు వ్యసనాలకు బానిసలు కాకుండా మానసికంగా పరిపూర్ణత చెందుతారన్నారు.