



ESTD: 1947

விருதுநகர் இந்து நாடார்கள் செந்திக்குமார நாடார் கல்லூரி (தன்னாட்சி),  
விருதுநகர்.  
தேசிய தர மறுமதிப்பீட்டின் கீழ் 'ஏ' அந்தஸ்து தகுதி பெற்றது  
குறைந்த கட்டணத்தில் உயர்தரக் கல்வி

\*\*\*\*\*



19.06.2023

சுற்றறிக்கை

9வது சர்வதேச யோகா தினம்

நமது கல்லூரியின் சார்பாக சர்வதேச யோகா தினம் கொண்டாடப்படவுள்ளது. அதன் பொருட்டு மாவட்ட அளவிலான கல்லூரிகளுக்கு இடையே கீழ்க்காணும் போட்டிகள் நடைபெறவுள்ளது. இதில் மாணவ/மாணவியர்கள் கலந்து கொள்ளுமாறு கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறீர்கள். இதில் சிறப்பாக யோகாசனம் செய்யும் மாணவ/மாணவிகளுக்கு வெள்ளி பதக்கம் வழங்கப்படும் என்பதை மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

1. யோகாசனப் போட்டிகள் - 5 ஆசனங்கள்
2. கட்டுரை எழுதும் போட்டி - தமிழ் - நீடித்த வாழ்விற்கு மூச்சுப் பயிற்சிகள்  
ஆங்கிலம் - Pranayama for Long Life
3. பேச்சுப்போட்டி - தமிழ் - இன்றைய சூழலில் யோகாவின் முக்கியத்துவம்  
ஆங்கிலம் - Importance of Yoga in present scenario

போட்டிகள் அனைத்தும் நாளை 20.06.2023 காலை 10.00 மணியளவில் நமது கல்லூரியின் KPSV துரைச்சாமி நாடார் ஆடக அரங்கில் நடைபெறும். மேலும் விவரங்களுக்கு கல்லூரி உடற்கல்வித்துறையை அணுகவும். பரிசளிப்பு 21.06.2023 நடைபெறும்.

21.06.2023 - யோகா செய்முறை, குறும்படம் மற்றும் யோகா தின உறுதிமொழி

  
கல்லூரி முதல்வர்

பெறுநர்

1. துறைத் தலைவர் மூலமாக வகுப்புச் சுற்றறிக்கை  
மாணவ/மாணவியர்களுக்கு.
2. அனைத்து தகவல் பலகை