



SINDHI COLLEGE, CHENNAI - 77.

SINDHI YOGA CLUB

" INTERNATIONAL YOGA DAY" Report - 21/06/2023

Sindhi Yoga Club organized "**International Yoga Day**" in association with the NSS, and the IQAC on 21st June 2023. The program began at 11.00 am in the Central Hall with the Tamilthai Valthu.

The Welcome Speech was given by **Mr. R. Nedunchezian**, HOD, Department of Information System Management. A Special Address was given by **Dr. T. Prahalathan**, HOD, Department of Tamil. Our Principal **Dr. V. Hemalatha**, presented the Presidential Address. **Kundrathur Manavala Kalai Mandram Trust Members**, World Community Service Centre(WCSC) were the Chief Guests on the day. The event began with a brief introduction on Yoga Day.

The Faculties and students were taught the importance of yoga in their life and the ways to maintain harmony between the body and mind. Warm up exercises were taken and all the students performed sitting and standing Asanas.

The importance of these Asanas were explained simultaneously. They encouraged the students to practice regular yoga to remain fit and improve concentration. The students discussed the importance of yoga and also exhibited yoga postures and promised to practice yoga in their daily lives.

The Program ended with the Vote of Thanks by our Yoga Club President **Mr. V. Sivaprakasam**, HOD, Department of MA(HRM). International Yoga Day Programme was compered by **Mr. S. Karthik**, Assistant Professor, Department of Tamil.

Invitation:



சிந்திக்கல்லூரி, சென்னை 77
நாட்டுநலப்பணித் திட்டம் ,
IQAC &
சிந்தி யோகா கிளப் இணைந்து
நடத்தும்
சர்வதேச யோகா தினம்



நாள் : 21.06.2023, புதன்கிழமை

நேரம் : முற்பகல் 11.00 மணி

இடம் : மைய அரங்கம், சிந்திக்கல்லூரி

வரவேற்புரை : பேரா. இரா.நெடுஞ்செழியன் (துறைத்தலைவர், ISM)

முன்னிலையுரை : முனைவர் த. பிரகலாதன் (தமிழ்த்துறைத்தலைவர்)

தலைமையுரை : முனைவர் வே. ஹேமலதா
முதல்வர், சிந்திக்கல்லூரி

சிறப்பு விருந்தினர்கள் :

குன்றத்தூர் மனவளக்கலை அறக்கட்டளை அன்பர்கள்

நன்றியுரை : பேரா. வெ. சிவப்பிரகாசம், (துறைத்தலைவர், HRM)

நிகழ்ச்சித் தொகுப்பு : பேரா. ச. கார்த்திக், நாட்டு நலப்பணித் திட்ட அலுவலர்

அனைவரும் வருக!





