

जागतिक योग दिन

विवेकानंद कॉलेज

योगामुळे वजनात घट होते. ताण-
तणावापासून मुक्ती मिळते, मन शांत
व प्रसन्न राहते व आरोग्य उत्तम बनते.
त्यामुळेच निरोगी शरीर व मन प्रसन्न
ठेवण्यासाठी योगासने व प्राणायाम
आवश्यक आहे, असे प्रतिपादन
विवेकानंद शिक्षण संस्थेचे कार्याध्यक्ष
प्राचार्य अभयकुमार साळुंखे यांनी
केले. विवेकानंद कॉलेजच्या एनसीसी
व एनएसएस विभागाच्या वतीने २१
जून रोजी सकाळी आंतरराष्ट्रीय योग
दिन साजरा करण्यात आला. यावेळी
ते बोलत होते. यानिमित्त विवेकानंद
कॉलेजच्या शिक्षणमहर्षी डॉ. बापूजी
साळुंखे स्मृती भवनमध्ये एनएससी व
एनएसएसच्या ८० विद्यार्थी व स्टाफने
एकत्रितरीत्या योगासने व प्राणायाम
केले.