



**പനമ്പിള്ളി മെമ്മോറിയൽ ഗവൺമെന്റ് കോളേജ്,  
ചാലക്കുടി**



എൻ.എസ്.എസ്. യൂണിറ്റ് നമ്പർ 54 & 130

**അന്താരാഷ്ട്രയോഗദിനം - 21/06/2023**

ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിൽ യോഗയുടെ പങ്ക് ജനങ്ങൾക്ക് മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യം മുൻനിർത്തിയാണ് എല്ലാവർഷവും ജൂൺ 21 അന്താരാഷ്ട്രയോഗദിനമായി ആചരിക്കുന്നത്. കോളേജിലെ ഫിസിക്കൽ എജ്യൂക്കേഷൻ ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റുമായി ചേർന്ന് ഇക്കൊല്ലത്തെ യോഗദിനം എൻ. എസ്. എസ്. യൂണിറ്റുകൾ സമുചിതമായി ആചരിച്ചു. ഫിസിക്കൽ എജ്യൂക്കേഷൻ അധ്യാപകനും പ്രശസ്ത യോഗപരിശീലകനുമായ ഡോ. ബിജിലോന ക്ലാസിന് നേതൃത്വം നൽകി. യോഗയുടെ പ്രധാന്യം മനസ്സിലാക്കുന്ന പ്രഭാഷണത്തിനു ശേഷം 12 യോഗാസനങ്ങളിൽ പ്രയോഗികപരിശീലനവും നൽകി.

