

International Yoga Day

ADITYA DEGREE AND PG COLLEGE, SURAMPALEM.

Venue: Forensic Sciences, Seminar Hall.

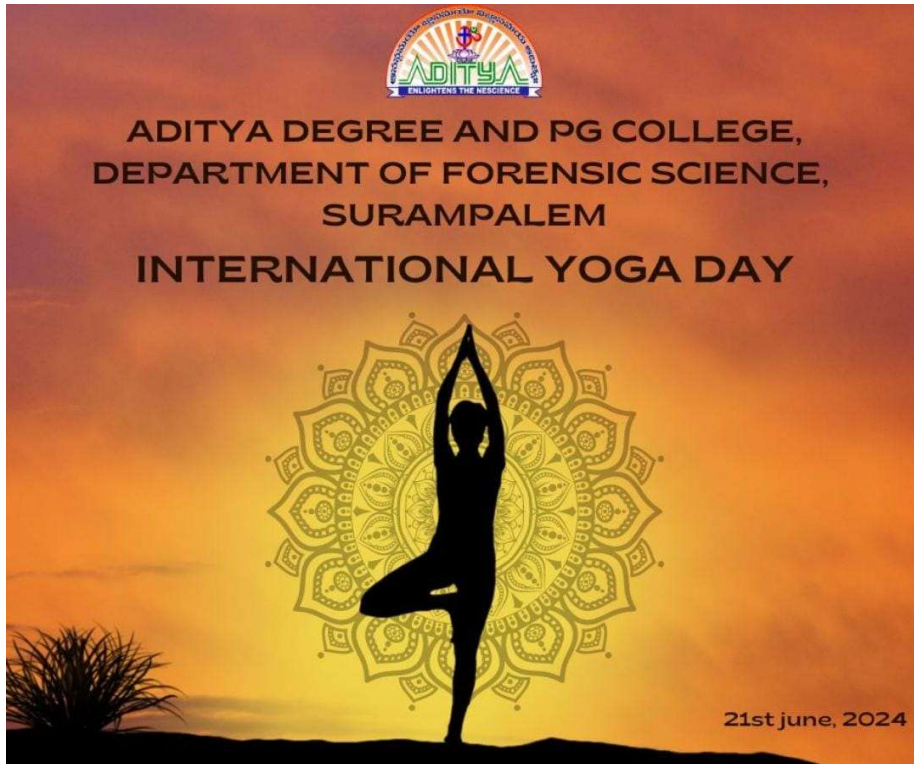
21-June-2024

The International Yoga day was conducted with multiple activities by the College NSS Unit on 21 June 2024. This day was celebrated in two sessions by the NSS Unit of this college with all NSS Student volunteers and also other participants. Yoga Day was commemorated by speeches, motivational tips on health and mass Yoga postures demonstration by trained experts of Aditya Educational Institutions. All the activities were held in the Seminar Hall of Aditya Degree and PG College. There were few outdoor events also on this special day.

In the morning session firstly at around 9:00 am a mass Yoga demonstration and practise drill was held in the Seminar Hall under the guidance of Yoga trained Sri. G V Pratap Reddy HOD of Physical Education Department, Aditya University. The practical Yoga session was conducted and executed under the guidance and permission of Aditya University Physical Education Director Sri. M Tejaswarao. All the participants were instructed the previous day to come in suitable attire to do the Yoga exercises. In this session the NSS Programme Officer Mr. B K Vidyasagar took initiative and gave the needed guidance for doing this event. The college Physical Director Mr Easwar is to be appreciated for maintaining discipline among the students and for arranging with necessary logistics.

Yoga mats were provided by the NSS Unit of the college for doing the Yoga activity. We also wish to extend our thanks to Aditya University Physical Education Director Mr. Pratap Reddy for his valuable cooperation given to us for conducting this event. After this event in the morning session a Seminar was held in the afternoon session after lunch break. This session was filled with guest lectures and motivational speeches by few individuals in the Seminar Hall of the college. Mr. Sanjay Principal, Management Studies department was invited to give a short lecture on the topic: "Importance of Yoga in daily life". He spoke on the importance of doing Yoga as a daily routine activity in order to maintain a healthy life style. Our college Principal Mr. Vilas Anil Chavan gave an inspirational speech on the benefits of doing Yoga daily in the mornings so that an individual can have significant improvement in their lives. Later on in this session the students were invited onto the dais to share their thoughts and knowledge on Yoga. Some NSS student volunteers who had undergone prior Yoga training in school days demonstrated a few Yoga exercises for the benefit of all gathered. The Yoga Day celebrations finally concluded by evening college closing time. A Yoga pledge was

administered to all those gathered by Mr. B V S S Udaynadh Asst Staff Coordinator NSS Unit of our college. The seminar came to an end after the singing of the National anthem.





అయితో వాటా నాగలవై, సంస్కృతావశ్యం, జ్యోతి అంతం వాలందియి వాల్సన్నారు.



ఆదిత్య లో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం “యోగా దైనందిన జీవితంలో భాగం కావాలి”

గండేపల్లి మండలం ఊన్21(డి.బి. ఆర్. స్కూల్ ప్రతినిధి:)

సూరంపాలెం ఆదిత్య విద్యా ప్రాంగణం సందు 21-6-2024 శుక్రవారం అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం పురస్కరించుకొని ఆదిత్య హాస్టల్ ప్రాంగణంలో కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఉదయం 6-15 గం.ల నుండి 7-30 గం.ల వరకు యోగాసనాలు చేసి క్యాంపస్ సందు గల వివిధ ఎస్.ఎస్.ఎస్. యూనిట్ల ఆధ్వర్యంలో సంయుక్తంగా జరిగిన కార్యక్రమంలో ఆదిత్య యూనివర్సిటీ డిప్యూటీ ప్రొ. ఛాన్స్ లర్. డా. ఎమ్.శ్రీనివాసరెడ్డి మాట్లాడుతూ నేటి ఆధునిక యుగంలో మానవుడు తీవ్ర ఒత్తిడికి లోనవుతూ తనను తానే విస్మరించే పరిస్థితి కి చేరుకున్నాడు,తన విలువైన సమయాన్నింతా డబ్బు సంపాదనలో గడిపేస్తూ ఆరోగ్యాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నాడు, ప్రతీ ఒక్కరు తప్పనిసరిగా రోజూ ఒక గంట యోగా కు కేటాయించి ఆరోగ్యంపై క్రమ చూపాలని సూచించారు. యోగా మనిషికి ఒత్తిడిని తగ్గించి మనశ్శాంతిని చేకూర్చుతుందని,మంచి ఆలోచనలతో చదువుగా ఆలోచించి ఆరోగ్యకరమైన నిర్ణయాలతో దక్కబీ సమాజం ఏర్పరుతుంది అని సూచించారు. ఇది ఎవరి బలవంతుం వల్లనో చేసే ప్రత్యేక కార్యక్రమం మన కోసం మన ఆరోగ్యం కోసం చేయవలసిన అత్యుత్తమ కార్యక్రమం యోగా అని అన్నారు.ఫార్మసీ కళాశాల డైరెక్టర్ డా. కె. రవిశంకర్ మాట్లాడుతూ యోగా ప్రతి ఒక్కరికితన దైనందిన జీవితంలో ఒక భాగం కావాలి అన్నారు.ఇది అనారోగ్యాన్ని దరి చేయకుండా కాపాడుతుందని చెప్పారు.క్రమశిక్షణ అంకిత భావంతో యోగాను ప్రాక్టీస్ చేయాలని వక్రలు పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సూరంపాలెం ఆదిత్య ప్రాంగణంలో గల వివిధ కళాశాల కు చెందిన ప్రిన్సిపాల్స్ డా.ఎ.రమేష్, డా.డి.సతీష్ కుమార్,డా.సంజయ్ కుమార్, విలాస్ అనిల్ చవాన్, ఆదిత్య యూనివర్సిటీ డీన్ స్కూల్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ డా. డోలా సంజయ్, ఎస్.టి.వి.ఎస్.కుమార్, క్యాంపస్ ఇంచార్జ్ జి. హరిచంద్ర రెడ్డి, ఎస్.ఎస్.ఎస్. కో ఆర్డినేటర్ లు పాల్గొనగా ఫిజికల్ డైరెక్టర్ జి.ప్రతాప్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఫిజికల్ విభాగం సిబ్బంది ఆయా కళాశాలలో యోగా తరగతులు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో హాస్టల్ విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గండేపల్లి: సూరంపాలెం ఆదిత్య విద్యాసంస్థ లోని హాస్టల్ ప్రాంగణంలో ఎన్ఎస్ఎస్ యూనిట్ల ఆధ్వర్యంలో యోగాసనాలపై వివరించారు. యూని వర్సిటీ డిప్యూటీ ప్రొ ఛాన్సలర్ డాక్టర్ ఎం.శ్రీనివాస రెడ్డి మాట్లాడారు. ఫార్మసీ కళాశాల డైరెక్టర్ డాక్టర్ కె.రవిశంకర్, ప్రిన్సిపాల్స్ డాక్టర్ ఎ.రమేష్, డాక్టర్ డి.సతీష్కుమార్, డాక్టర్ సంజయ్కుమార్, విలాస్ అనిల్ చవాన్, డాక్టర్ డోలా సంజయ్ పాల్గొన్నారు.

ADITYA DEGREE AND PG COLLEGE - SURAMPALEM

NSS UNIT

International Yoga Day - 21/06/2024

VENUE : Aditya Degree And PG College, Seminar Hall

VOLUNTEER LIST

S. NO	ROLL NO	NAME OF THE STUDENT	BRANCH	MOBILE NO	SIGNATURE
1	2257420051	Pavitra	forensic science	630479536	M. Pavitra
2	2257420030	Surekha	forensic science	9701189863	P. Surekha
3	2257420029	Bhavana	Forensic science	9949079568	K. P. Bhavana
4	2257420035	Satwika	Forensic science	8367354917	A. Satwika
5	2257420003	Devayani	Forensic science	961802442	S. Devayani
6	2257420091	Sanjana	Forensic science	9705997407	Sanu
7	2257420062	Priya darsini	Forensic science	8555818083	R. Priya
8	2257420004	Archana	Forensic science	9105111000	K. Archana
9	2257420077	Sweetha	Forensic science	9542035713	Sweetha
10	2257420008	Tanusree	Forensic science	8371940084	Tanusree mandal
11	2257420084	Harika	Forensic science	955325601	Harika
12	2257420076	G. Vyshnavi	forensic science	7798952857	G. Vyshnavi
13	2257420087	B. Vyshnavi Devi	forensic science	6301854913	B. Vyshnavi Devi
14	2257420068	V. Sadhana	Forensic science	9347583137	Sadhana ✓
15	2257420052	M. Geethika	Forensic science	7386795589	Geethika
16	2257420060	Y. Mahitha	Forensic science	7730934547	Y. Mahitha
17	2257420037	Pujitha	Forensic science	7989144159	V. Pujitha
18	22574200	Hakshitha	Forensic science	9989246355	Hakshitha
19	22574200	Thabshira	Forensic science	901243258	Thabshira
20	22574200	Abhirami	Forensic science	9645464604	Abhirami
21	22574200	Aditya	Forensic science	9497582788	Aditya
22	22574200	Ardra	Forensic science	8075437606	Ardra
23	2257420072	Vandana	Forensic science	8137031201	Vandana
24	22574200	Athira	Forensic science	6238491034	Athira
25	2257420005	Nirshitha	Forensic science	7675826926	C. Nirshitha
26	2257420024	Chaturya	Forensic science	9121809357	V. Chaturya
27	2257420021	Akshaya	Forensic science	9154345976	K. Akshaya

28	2257420017	Brinda	Forensic Science	9392755345	B. Brinda
29	2257420049	Praveen	Forensic Science	9315441131	B. Praveen kumar
30	2257420053	manikanta	Forensic Science	8522046670	A. Manikanta
31	22574200	Micheal	Forensic Science	7075624146	Micheal
32	2257420084	Y. Vishnu vardhan reddy	Forensic Science	8688002435	Y. Vishnu
33	2257420088	Uma Shankar	Forensic Science	9963873663	Shankar
34	2257420001	Raj Kamal	Forensic Science	9381104942	Kamal
35	22574200	Sal ramnitesh	Forensic Science	7889432189	Sal
36	2257420019	Naveen	Forensic Science	9948761586	Naveen
37	2257420046	Hemanth.	Forensic Science	8125285627	J.H.S. Raj
38					
39					
40					
41					
42					
43					
44					
45					
46					
47					

Aditya
NSS COORDINATOR

NSS Co-Ordinator
Aditya Degree & PG College
Surampalem



Aditya
PRINCIPAL

PRINCIPAL
Aditya Degree & PG College
SURAMPALAM-533 437