

CSTS Government Kalasala, JangareddiGudem
Physical Education Department

Yoga Day Celebrations on 21-06-2024

The theme for International Day of Yoga 2024 is “Yoga for SELF AND SOCIETY” — it can be practiced anywhere, at any time, and by anyone irrespective of age, gender, culture or nationality. Yoga is a powerful tool for individuals, communities and countries to improve both mental and physical health. Yoga has been shown to have immediate psychological benefits, decreasing anxiety and stress, and increasing feelings of emotional and social well-being. It helps prevent and control non-communicable diseases (NCDs) — cardiovascular diseases, cancer, chronic respiratory diseases and diabetes, among others — that are a rising cause of disability and premature death. This is consistent with the WHO principle that states, “Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity”.

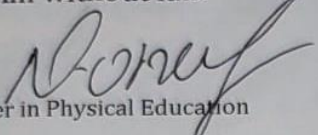
We are thrilled to share that our esteemed Principal and our College faculty actively participated in International Yoga Day celebrations. Yoga is not just an exercise; it's a way of life that nurtures the mind, body, and soul. With a strong belief in the significance of holistic well-being, our college emphasizes the importance of yoga and its incredible benefits.

As a college, we believe that practicing yoga fosters inner peace, reduces stress, and enhances overall mental and physical health. It aligns with our vision of nurturing well-rounded individuals who are not only academically competent but also spiritually and emotionally grounded. We express our heartfelt gratitude to everyone who made this event a resounding success, including our dedicated students, supportive faculty, and the yoga enthusiasts who joined us from far and wide.

Date:20-06-2024

NOTICE

All the staff members (Teaching & Non Teaching) and students are requested to attend on the eve of international Yoga day on 21-06-2024 at 8.30 Am without fail.


Lecturer in Physical Education


Principal

Teaching Staff

English : 1.

2.

Telugu :

History :

Economics : 1.

2.

Political science :

Commerce : 1.

2.

3.

Mathematics :

Physics :

Chemistry : 1.

2.

Botany :

Zoology :

Computer Science:

Horticulture:

Non-Teaching

Senior Assistant:

Junior Assistant:1.

2.

3.

Assistant Librarian:

Record Assistant:

Office-Subordinate:1.

2.

Contignet:1.

2.








Signatures of the Students

Signatures			
S.No.	Name	Course	Signature
1.	S. Salya Vani	II BSc (BCH)	S. Salya Vani
2.	K. Shashipriya	II BSc (BZC)	K. Shashipriya
3.	K. Sai shirisha	II BSc (BZC)	K. Sai shirisha
4.	B. Samitha	II BSc (BCH)	B. Samitha
5.	S. Santhi	II BSc (BCH)	S. Santhi
6.	P. Sumalatha	II BSc (BZC)	P. Sumalatha
7.	Gr. L. Anna Ruma	II BSc (BZC)	Gr. L. Anna Ruma
8.	P. Sowmya	II BSc (BZC)	P. Sowmya
9.	B. Nagarani	II BSc (BZC)	B. Nagarani
10.	M. Durga Dewi	II BSc (BZC)	M. Durga Dewi
11.	G. Anusha	II BSc (BZC)	G. Anusha
12.	R.O. Bharathi	II BSc (BZC)	R.O. Bharathi
13.	D. Nagamani	II BSc (BZC)	D. Nagamani
14.	R. NAGA BHAVANI	II (M.P.C)	R. Naga Bhavani
15.	M. Sowthi	II [BZC]	M. Sowthi
16.	D. Naga Marga	II BSc [MPC]	D. Naga Marga
17.	T. Parathiba Sampurna	II BSc (BZC)	T. Parathiba
18.	K. Jayasri	II BSc (BZC)	K. Jayasri
19.	Ch. Glory	II BSc (BZC)	Ch. Glory
20.	B. Sonia	II BSc (BCH)	B. Sonia
21.	K. Hema	II BSc (BZC)	K. Hema
22.	T. Ganga Bhavani	II BSc (BZC)	T. Ganga Bhavani
23.	K. Ramya	II BSc (BZC)	K. Ramya
24.	K. Mounika	II BSc (BZC)	K. Mounika
25.	M. pravalika	II BSc (M.P.C)	M. pravalika
26.	M. Udaya Bharu	II BSc (BZC)	M. Udaya Bharu
27.	G. Sriharshavardhini	II BSc (BZC)	G. Sriharshavardhini
28.	V. priyanka	II BSc (BCH)	V. priyanka
29.	M. Krishna Sri	II BSc (MPC)	M. Krishna Sri
30.	M. Akhila	II BSc (BCH)	M. Akhila

S.No	Name	Class	Signature
31.	M. myna	II nd BSc (BCH)	M. myna
32.	M. MY DHILI	II	M. mydhili
33.	Y. Pambabu	II nd BSc (BZC)	Y. Pambabu
34.	V. Amitha Senthosh	II BSc (BCH)	V. Amitha Senthosh
35.	S. Brahma Teja	II BSc (BCH)	S. Brahma Teja
36.	T. Anji babu	II BSc (BCH)	T. Anji babu
37.	T. Raveen	II BSc (BCH)	T. Raveen
38.	Y. Sridhar	II BSc (BZC)	Y. Sridhar
39.	B. Durgaprasad	II BSc (BCH)	B. Durgaprasad
40.	D. Sasi Kiran	II BSc (BCH)	D. Sasi Kiran
41.	P. Vigneshwara Rao	II BSc (M.P.C)	P. Vigneshwara Rao
42.	J. Mamatha	I BSc (Botany)	J. Mamatha
43.	Ch. Sai Chandrika	I BSc (Com)	Ch. Sai Chandrika
44.	E. Abhinaya	I BSc (Computer)	E. Abhinaya
45.	K. Ramakrishna	I BSc (Botany)	K. Ramakrishna
46.	Ch. Vijaya nirmala	I BSc (Botany)	Ch. Vijaya nirmala
47.	K. Durgamma	I BSc (Botany)	K. Durgamma
48.	J. Durgankitha	I BSc (Botany)	J. Durgankitha
49.	Y. Mounika	I BSc (Botany)	Y. Mounika
50.	G. Abhisam	I BSc (Computer)	G. Abhisam
51.	P. Balaji	I BSc (Botany)	P. Balaji
52.	K. Ramu	I BSc (Computer)	K. Ramu
53.	K. Vijay	I BSc (Botany)	K. Vijay
54.	M. Pavan Kishor	I BSc (Botany)	M. Pavan Kishor
55.	E. Pavan	I BSc (Botany)	E. Pavan

Yoga Day News Clippings



Mani Vinay
Reporter, మన పశ్చిమ గోదావరి

way2.co/657f66

Jangareddigudem (V)

జంగారెడ్డిగూడెం ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో యోగ డే...

స్థానిక ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డా. ఎన్. ప్రసాద్ బాబు అధ్యక్షతన ఫిజికల్ డైరెక్టర్ నిట్టా వినయ్ ఆధ్వర్యంలో యోగా డే ని నిర్వహించడం జరిగింది. వినయ్ కొన్ని యోగాసనాలపై, వాటి ఉపయోగాలపై వివరించారు. కళాశాల అధ్యాపక అధ్యాపకేతర సిబ్బంది, విద్యార్థులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

3

జంగారెడ్డిగూడెం ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల లో యోగాడే



జంగారెడ్డిగూడెం జూన్ 21 పల్లె జ్యోతి ప్రతినిధి

జంగారెడ్డిగూడెం స్థానిక చత్రపతి శివాజీ త్రి శతజయంతి ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల నందు కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డా. ఎన్. ప్రసాద్ బాబు అధ్యక్షతన పదవ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం పురస్కరించుకొని యోగాసనాలపై అవగాహన సదస్సుని ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల ఫిజికల్ డైరెక్టర్ నిట్టా వినయ్ యోగాసనాలపై అధ్యాపకులకు, అధ్యాపకేతర సిబ్బందికి, విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించడం జరిగింది. అంతేకాకుండా కొన్ని యోగాసనాలను సాధన చేయించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా యోగ థీమ్ యోగా ఫర్ సెల్ఫ్ అండ్ సొసైటీ అనే నినాదాన్ని అందరూ అనుసరించాలని యోగా మనతోపాటు మన సొసైటీ కి కూడా ఉపయోగపడుతుందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డా. ఎన్. ప్రసాద్ బాబు మాట్లాడుతూ యోగా యొక్క ప్రాముఖ్యత గురించి అధ్యాపకులకు విద్యార్థులకు వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నెహ్రూ యువజన కేంద్రం నభ్యులు భాగస్వాములై విద్యార్థులకు యోగా పట్ల అవగాహన కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల అధ్యాపక అధ్యాపకేతర సిబ్బంది కళాశాల విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

యోగాతో బహుళ ప్రయోజనాలు





జంగారెడ్డిగూడెం కోర్టు వద్ద న్యాయమూర్తులు

బొర్రంపాలెంలో..

దర్శి పబ్లిక్ స్కూల్లో..

త పాఠశాల యోగాతో ప్రార్థన తెలిసి, ప్రధానిగా మనవత పద్ధతి విద్య గ్రామానికి రించారు. ప్రభుత్వం ద్వారా కమిషన్ సభ్యులలో శుక్రవారం తెలుగులో పాటు ఎంపీడివో పివీవో

చింతలపూడి నియోజకవర్గంలో..

కామవరపుకోట, న్యూస్టుడే: తడిలపూడి ఉన్నత పాఠశాలలో యోగాసనాల గురించి వివరించారు. కామవరపుకోటలో బాజపా సీనియర్ నాయకుడు కాకే సురేష్ అధ్యక్షులతో యోగా దినోత్సవం నిర్వహించారు.

జంగారెడ్డిగూడెం, న్యూస్టుడే: యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుందని జంగారెడ్డిగూడెం ప్రెస్బిటర్ సివిల్ జడ్జి సీహెచ్ కేశోరకుమార్, జ్యూడిషియల్ ఫస్ట్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్ ఆర్.తేజస్వి పేర్కొన్నారు. యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా కోర్టు సముదాయాల్లో న్యాయ విజ్ఞాన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా న్యాయవాదులు, కోర్టు సిబ్బందితో కలిసి యోగాసనాలు వేశారు. కోర్టు సూపరింటెండెంట్ వైఎల్ఎన్ మూర్తి పాల్గొన్నారు. ★ స్థానిక గౌరీ సుభద్ర పిరమిడ్ వద్ద సామూహిక యోగాసనాలు, ధ్యాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథులుగా ఎంపీ డివో ప్రసాద్, ఆర్టీసీ డీఎం గంగాధర్, సిటీ కేబుల్ ఎంపీ శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ★ డిగ్రీ కళాశాలలో ప్రెస్బిటర్ డాక్టర్ ప్రసాద్బాబు, ఇతర అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు సామూహికంగా యోగాసనాలు వేశారు. ★ జడ్చి ఉన్నత పాఠశాలలో విద్యార్థులతో యోగా చేయించారు.

చింతలపూడి, పట్టణం, న్యూస్టుడే: అబ్దుల్ కలాం యువజన సంక్షేమ సంస్థ అధ్యక్షులతో ఎండపల్లిలో స్థానిక కులకు యోగాపై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సంస్థ అధ్యక్షుడు మరికంటి గోపాలకృష్ణ మాట్లాడుతూ యోగాను జీవితంలో భాగం చేసుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యకర జీవన విధానం పెంపొందించుకోవచ్చున్నారు. ★ చింతలపూడి ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో యోగా ప్రాముఖ్యతను ఎన్ఎస్ఐ ఆధికారిణి జీవన్ మోసలి తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులతో పలు ఆసనాలు వేయించారు. ★ యోగా చేయడం ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం పొందవచ్చని జడ్జి మరుబాబు అన్నారు. చింతలపూడి కోర్టు ఆవరణలో నిర్వహించిన యోగా శిక్షణ కార్యక్రమంలో న్యాయమూర్తి, న్యాయవాదులు పాల్గొన్నారు.

జంగారెడ్డిగూడెం, న్యూస్టుడే: పట్టణంలోని డిగ్రీ పబ్లిక్ స్కూల్లో యోగా దినోత్సవం నిర్వహించారు. విద్యార్థులు పలు ఆసనాలు వేశారు. పాఠశాల చైర్మన్ మర్రిపాటి చైతన్య మాట్లాడుతూ యోగాసనాలు వేయడం ద్వారా మానసిక ఒత్తిడిని జయించడంతో పాటు మంచి ఆరోగ్యం పల్ల సమకూరుతుందన్నారు. పలువురు ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

జడ్జి సీహెచ్ కేశోరకుమార్, జ్యూడిషియల్ ఫస్ట్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్ ఆర్.తేజస్వి పేర్కొన్నారు. యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా కోర్టు సముదాయాల్లో న్యాయ విజ్ఞాన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా న్యాయవాదులు, కోర్టు సిబ్బందితో కలిసి యోగాసనాలు వేశారు. కోర్టు సూపరింటెండెంట్ వైఎల్ఎన్ మూర్తి పాల్గొన్నారు. ★ స్థానిక గౌరీ సుభద్ర పిరమిడ్ వద్ద సామూహిక యోగాసనాలు, ధ్యాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథులుగా ఎంపీ డివో ప్రసాద్, ఆర్టీసీ డీఎం గంగాధర్, సిటీ కేబుల్ ఎంపీ శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ★ డిగ్రీ కళాశాలలో ప్రెస్బిటర్ డాక్టర్ ప్రసాద్బాబు, ఇతర అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు సామూహికంగా యోగాసనాలు వేశారు. ★ జడ్చి ఉన్నత పాఠశాలలో విద్యార్థులతో యోగా చేయించారు.