SRI KALISWARI COLLEGE

Autonomous - Affiliated to Madurai Kamaraj University
Re-accredited (3rd Cycle) with 'A' Grade (CGPA 3.11) by NAAC

SIVAKASI

International Yoga Day Celebration

21.06.2019

SRI KALISWARI COLLEGE

(Autonomous)

SIVAKASI

Department of Physical Education

&

Yoga and Meditation Club

Jointly Organize

International Yoga Day

Yoga Demonstration

Mr. K.A.S.O. Marimuthu

Yoga Trainee, Deva Bharathi Yoga Centre, Sivakasi.

Date	:	21 June, 2019
Time	:	07.00 a.m. - 8.00 a.m.
Venue	:	Open Auditorium

All are cordially invited

Mr.C.Sureshkumar
Asst.Director of Physical Education

Mr.A.Ayyalsamy
Director of Physical Education

Dr.P.K.Balamurugan
Miss. R. Muthulakshmi
Vice-Principals

Dr.S.Krishnamurthy
Principal

Shri.A.P.Selvarajan
Secretary

21.06.2019

Sri Kaliswari College (Autonomous), Sivakasi

Department of Physical Education

A Report on International Yoga Day Celebration

On 21 June 2019, Department of Physical Education and Yoga and Meditation Club of Sri Kaliswari College, Sivakasi celebrated International Yoga Day in the Open Auditorium of our college. Mr.A.Ayyalsamy, Director of Physical Education welcomed the gathering. In the presidential address. Dr.S.Krishnamurthy, the Principal explained the essentiality of Yoga in every human being's life.

Mr.K.A.S.O.Marimuthu, Yoga Trainer, Deva Bharathi Yoga Centre, Sivakasi was the chief guest. He appealed to the young as pirants and also beautifully emphasised that yoga would be essential for good health in our life. He also engaged the students by performing some asanas (Poses) such as Suryanamaskaram, Dada Asana, Trikonasana, Bhujangasana, Padmaasana. The Vice-Principals, Dr.P.K.Balamurugan, Ms.R.Muthulakshmi offered their Felicitations. Mr.C.Sureshkumar, Assistant Director of Physical Education proposed a vote of the thanks.

Principal

21.06.2019

ஸ்ரீ காளீஸ்வரி கல்லூரி (தன்னாட்சி), சிவகாசி

உடற்கல்வியியல் துறை

சர்வதேச யோகா தினக் கொண்டாட்டம்

சிவகாசி, ஸ்ரீ காளீஸ்வரி கல்லூரியின் உடற்கல்வியியல் துறை, யோகா மற்றும் தியான அமைப்பின் சார்பில் 21.06.2019 அன்று சர்வதேச யோகா தினம் கொண்டாடப்பட்டது. இவ்விழாவில் கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் சீ.கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்கள் தலைமையுரையாற்றினார். அவர்தம் உரையில், "ஒவ்வொரு மனிதருக்கும் தனது வாழ்வில் யோகா இன்றியமையாதது என்றார். மேலும் உடலையும் மனதையும் சீராக வைத்திருக்க யோகா அவசியம் என்றார்.

துணை முதல்வர்கள் பெ.கி.பாலமுருகன், இரா.முத்துலட்சுமி ஆகியோர் வாழ்த்துரை வழங்கினர். அவர்கள் தம் உரையில், "மாணவர்கள் தினமும் தியானத்தையும் யோகாவையும் தொடர்ந்து கடைபிடிக்கும் போது மன அழுத்தம் குறைந்து படிப்பில் கவனம் உண்டாகும் என்றனர்.

சிவகாசி, தேவ பாரதி யோகா அமைப்பின் பயிற்சியாளர் திரு.KAS.Oமாரிமுத்து அவர்கள் மாணவர்களுக்கு யோகா பயிற்சி அளித்தார். சூரிய நமஸ்காரம், திரிகோண ஆசனம், புஜங்க ஆசனம், பத்ம ஆசனம் உள்ளிட்ட ஆசனங்களைக் கற்றுக் கொடுத்தார். தினமும் காலையில் எழுந்து சூரிய நமஸ்காரம் செய்வதன் மூலம் அன்றைய நாள் முழுவதும் சுறுசுறுப்பாக இருக்கும் என்று தெரிவித்தார். மேலும் பார்வைக் கோளாறு, உடல் கோளாறு போன்ற பலவகை கோளாறுகளைச் சரி செய்யும் ஆற்றல் சூரிய நமஸ்காரத்தில் உள்ளது என்றும் தெரிவித்தார்.

நிகழ்வின் தொடக்கமாக உடற்கல்வியியல் துறை இயக்குநர் திரு.A.அய்யல்சாமி வரவேற்புரையாற்றினார். நிறைவாக, உடற்கல்வியியல் துறை உதவி இயக்குநர் திரு.C.சுரேஷ்குமார் நன்றி நவின்றார்.

இந்நிகழ்வில் 600 மாணவர்கள் மற்றும் 50 பேராசிரியர்களும் கலந்து கொண்டு பயன்பெற்றனர்.

முதல்வர்
21/6/19

தினமணி
சனிக்கிழமை
22 ஜூன், 2019
மதுரை
14 பக்கங்கள் ரூ. 7.00

சர்வதேச யோகா தின விழா

காளீஸ்வரி கல்லூரியில் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சிக்கு முதல்வர் சி.கிருஷ்ணமூர்த்தி தலைமை வகித்தார். கல்லூரி மாணவ மாணவிகள் பல்வேறு ஆசனங்களை செய்தனர். முன்னதாக உடற்கல்வி இயக்குநர் ஏ.அய்யல்சாமி வரவேற்றார். துணை இயக்குநர் சி.சுரேஷ்குமார் நன்றி கூறினார்.

To IQAC

தினத்தந்தி
DAILY THANTHI
வெல்க தமிழ்

சர்வதேச யோகா தினம் கொண்டாட்டம்

காளீஸ்வரி கல்லூரி

சிவகாசி காளீஸ்வரி கல்லூரியில் நடைபெற்ற யோகா தின கொண்டாட்டத்திற்கு முதல்வர் கிருஷ்ணமூர்த்தி தலைமை தாங்கினார். யோகா பயிற்சியாளர் மாரிமுத்து மாணவர்களுக்கு யோகா பயிற்சி அளித்தார். முன்னதாக அய்யல்சாமி வரவேற்று பேசினார். உடற்கல்வியியல் துறை உதவி இயக்குனர் சுரேஷ்குமார் நன்றி கூறினார். சிவகாசி எஸ்.எப்.ஆர். கல்லூரியில் நடைபெற்ற யோகா தின நிகழ்ச்சிக்கு கல்லூரியின் முதல்வர் பழனீஸ்வரி தலைமை தாங்கினார். உடற்கல்வி இயக்குனர் விஜயகுமாரி வரவேற்று பேசினார். சிறப்பு விருந்தினர் திருப்பதிராஜா கலந்து கொண்டு யோகா குறித்து பேசினார். இந்த நிகழ்ச்சியில் 3,600 மாணவிகள் கலந்து கொண்டனர். முடிவில் பேராசிரியர் கவிதா நன்றி கூறினார்.

To IQAC

தினமலர்
சனிக்கிழமை
22 ஜூன், 2019
மதுரை
14 பக்கங்கள் ரூ. 7.00

★சிவகாசி ஸ்ரீ காளீஸ்வரி கல்லூரி உடற்கல்வியியல் துறை , யோகா, மற்றும் தியான அமைப்பின் சார்பில் நடந்த இதில், உடற்கல்வி துறை இயக்குனர் அய்யல்சாமி வரவேற்றார். கல்லூரி முதல்வர் கிருஷ்ணமூர்த்தி தலைமை வகித்தார். துணை முதல்வர்கள் பாலமுருகன், முத்துலட்சுமி பேசினர். சிவகாசி தேவபாரதி யோகா அமைப்பின் பயிற்சியாளர் மாரிமுத்து மாணவர்களுக்கு யோகா பயிற்சி அளித்தார். உடற்கல்வி துறை உதவி இயக்குனர் சுரேஷ்குமார் நன்றி கூறினார்.

To
IQAC

மக்கள் குரல்

24-6-19

சிவகாசி ஸ்ரீகாளீஸ்வரி கல்லூரியில் யோகா தின கொண்டாட்டம்

சிவகாசி,ஜூன்.24-

சிவகாசி ஸ்ரீகாளீஸ்வரி கல்லூரியின் உடற்கல்வியியல் துறை யோகா மற்றும் தியான அமைப்பின் சார்பில் சர்வதேச யோகா தினம் கொண்டாடப்பட்டது. இவ்விழாவில் கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் சி.கிருஷ்ணமூர்த்தி தலைமையுரையாற்றினார். அவர் பேசும் போது, ஒவ்வொரு மனிதருக்கும் தனது வாழ்வில் யோகா இன்றியமையாதது என்று கூறினார். மேலும் உடலையும் மனதையும் சீராக வைத்திருக்க யோகா அவசியம் என்று கூறினார்.

துணை முதல்வர் பெ.கி. பாலமுருகன், இரா.முத்துலட்சுமி ஆகியோர் வாழ்த்துரை வழங்கினர். சிவகாசி தேவ பாரதி யோகா அமைப்பின் பயிற்சியாளர் கே.எ.எஸ்.ஓ. மாரிமுத்து மாணவர்களுக்க யோகா பயிற்சி அளித்தார். சூரிய நமஸ்காரம், திரிகோண ஆசனம், புஜங்க ஆசனம், பத்ம ஆசனம் உள்ளிட்ட ஆசனங்களைக் கற்றுக் கொடுத்தார். தினமும் காலையில் எழுந்து சூரிய நமஸ்காரம் செய்வதன் மூலம் அன்றைய நாள் முழுவதும் சுறுசுறுப்பாக இருக்கும் என்று கூறினார். மேலும் பார்வைக் கோளாறு, உடல் கோளாறு போன்ற பலவகை கோளாறுகளைச் சரி செய்யும் ஆற்றல் சூரிய நமஸ்காரத்தில் உள்ளது என்றும் கூறினார். இந்த யோகா பயிற்சியில் 600 மாணவர்கள் மற்றும் பேராசிரியர்கள் கலந்து கொண்டு பயற்சி பெற்றனர். உடற்கல்வியியல் துறை இயக்குநர் ஏ.அய்யல்சாமி வரவேற்று பேசினார். உடற்கல்வியியல் துறை உதவி இயக்குநர் சி.சுரேஷ்குமார் நன்றி கூறினார்.

To IQAC