मुख्य कार्यालय, विरार
विरार (प),
ता. वसई, जि. पालघर, पिन 401 303.

दुरध्वनी : 0250-2525105/06/2529888/2529890
फॅक्स : 0250-2525107
ई-मेल : vasaivirarcorporation@yahoo.com

जावक क्र. : व.वि.श.म./ /
दि.२१/०६/२०२६

वसई विरार शहर महानगरपालिकेत आंतरराष्ट्रीय योग दिन उत्साहात साजरा ;
मा.महापौरांच्या उपस्थितीत तज्ज्ञ प्रशिक्षकांच्या मार्गदर्शनाखाली योग सत्र संपन्न

दि.२१ जून २०२६ रोजी वसई विरार शहर महानगरपालिका मुख्यालयात “आंतरराष्ट्रीय योग दिन” उत्साहपूर्ण वातावरणात साजरा करण्यात आला. यानिमित्त आयोजित करण्यात आलेल्या विशेष योग सत्रात मा.महापौर, विविध पदाधिकारी, महानगरपालिका अधिकारी-कर्मचाऱ्यांनी तसेच नागरिकांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदविला.

महानगरपालिकेच्या वतीने आयोजित या योग सत्रात पतंजली योग समिती पालघर यांच्या तज्ज्ञ योग प्रशिक्षकांनी उपस्थितांना विविध योगासने, प्राणायाम आणि ध्यानधारणा यांचे प्रात्यक्षिकासह मार्गदर्शन केले. योगामुळे शारीरिक तंदुरुस्तीबरोबरच मानसिक स्वास्थ्यही उत्तम राहण्यास मदत होते, असे प्रशिक्षकांनी यावेळी सांगितले.

सत्राच्या प्रारंभी उपस्थितांनी सामूहिक योगाभ्यास केला. त्यानंतर प्राणायाम व ध्यानसाधनेद्वारे निरोगी जीवनशैलीचा संदेश देण्यात आला. नियमित योगाभ्यासामुळे तणाव कमी होऊन कार्यक्षमता वाढण्यास मदत होते, यावरही यावेळी भर देण्यात आला.

या प्रसंगी मा.महापौर श्री.अजीव पाटील यांनी योगाचे महत्त्व अधोरेखित करत नागरिकांनी आपल्या दैनंदिन जीवनात योगाचा समावेश करण्याचे आवाहन केले. निरोगी आणि सुदृढ समाज घडविण्यासाठी योग ही प्रभावी जीवनपद्धती असल्याचे त्यांनी नमूद केले. तसेच उपस्थित तज्ज्ञ योग प्रशिक्षकांना शुभेच्छा दिल्या. कार्यक्रमास महानगरपालिकेचे पदाधिकारी, अधिकारी व कर्मचारी, शालेय विद्यार्थी तसेच नागरिक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त आयोजित करण्यात आलेल्या या उपक्रमामुळे आरोग्याविषयी जनजागृती होण्यास तसेच कर्मचाऱ्यांमध्ये सकारात्मकता आणि उत्साह निर्माण होण्यास मदत झाल्याची भावना उपस्थितांनी व्यक्त केली.