Yogandra Programme 21.5.2025 to 21.6.2025

Organised by Physical Education & NSS Units

Report on Yogandra Activities

(21st May – 21st June 2025)

As part of the nationwide initiative to promote health, well-being, and mindfulness through yoga, KBN College organized a series of activities under the banner of Yogandhra from 21st May to 21st June 2025, culminating in the celebration of International Day of Yoga on 21st June. These activities were conducted to spread awareness about the benefits of yoga among students, faculty, and staff, and to instill the practice of a healthy lifestyle.

Objectives of the Programme:

- To create awareness about the physical, mental, and emotional benefits of yoga.
- To promote a healthy and stress-free lifestyle among students and staff.
- To encourage daily yoga practice as a means of overall well-being.

Outcomes of the Programme:

- Increased awareness and enthusiasm among students for adopting yoga in their daily routine.
- Improved participation in physical fitness activities.
- Positive feedback from faculty and students regarding reduced stress and improved focus.

Photos

May -21.5.2025

02.6.2025

03.6.2025

04.06.2025

05.06.2025

06.06.2025

07.6.2025

9.6.2025

10-6-2025

11-6-2025

12.06.2025

13-6-2025

14-6-2025

16.6.2025

17.6.2025

18.6.2025

19-6-2025

20-6-2025

21-6-2025

News Paper Clippings

Regular Yoga Practice Helps Students Overcome Stress and Focus Better

DECCAN FREEDOM NEWS
Vijayawada West

KBN College Principal Dr. G. Krishnaveni stated that daily yoga practice can effectively help students overcome stress and enhance their concentration on academics. Speaking on the occasion of the commencement of yoga training sessions on Tuesday, organized jointly by the college's NSS and Physical Education departments under the YogAndhra initiative, she emphasized the increasing difficulty students face in focusing on studies due to various pressures and distractions. She added that consistent yoga practice offers both relaxation and mental clarity. Administrative Officer Dr. V. Narayana Rao highlighted that yoga contributes to both mental and physical well-being. Physical Education Head D. Hemachandra Rao and yoga instructor Gourinath led the students through practical yoga sessions. The program saw active participation from NSS convener Dr. K. Ramakrishna, Program Officer D. Pavan Kumar, Vice Principal P. L. Ramesh, Dr. Venkateswara Rao, M. Shantibabu, P. Gouthami Devi, M. Sambasivarao, and several others.

సాక్షి

సంపూర్ణ ఆరో

వన్‌టౌన్(విజయవాడపశ్చిమ): అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం పశ్చిమ నియోజకవర్గంలో శనివారం అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు. కళాశాలలు, పాఠశాలలు, గాంధీహిల్ తదితర ప్రాంతాల్లోని కార్యాలయాల్లో యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని పలు కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. కాకరపర్తి భావనారాయణ కళాశాల క్రీడా విభాగం, ఎన్‌సీసీ, జాతీయ సేవా పథకం విభాగాల ఆధ్వర్యంలో యోగా దినోత్సవం నిర్వహించారు. హిందూ హైస్కూల్స్ కమిటీ అడ్మినిస్ట్రేటివ్ ఆఫీసర్ డాక్టర్ వి.నారాయణరావు మాట్లాడారు. క్రీడా విభాగాధిపతి హేమచంద్రరావు విద్యార్థులతో యోగాసనాలు, సూర్యనమస్కారాలు చేయించారు. సుమారు 1500 మంది విద్యార్థులు ఏకకాలంలో ఆసనాలను వేశారు. ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జి.కృష్ణవేణి, వైస్ ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ ఎం .వెంకటేశ్వరరావు, పీఎల్ రమేష్ ఎన్‌ఎస్‌ఎస్ ప్రొగ్రామ్ ఆఫీసర్లు ఎన్. సాంబశివరావు, డి.పవన్‌కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. పొట్టిశ్రీరాములు చలవాది మల్లికార్జునరావు కాలేజ్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ ఎన్‌ఎస్‌ఎస్ విభాగం ఆధ్వర్యంలో అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం శనివారం నిర్వహించారు. విద్యాభారతి దక్షిణమధ్య క్షేత్ర ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ కన్వీనర్ కోసనం జగదీష్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు.గాంధీజీ మహిళా కళాశాలలో విద్యార్థి

22/06/2025 | Vijayawada(Vijayawada West) | Page : 9
Source : https://epaper.sakshi.com/

ఈనాడు
epaper.eenadu.net

చిట్టినగర్, న్యూస్‌టుడే

ఆరోగ్య యోగం..!

నిత్య సాధనతో చదువులో రాణింపు

జాతీయ స్థాయిలో కేబీఎన్ విద్యార్థుల సత్తా

యోగ.. ఆరోగ్య పరిరక్షణకు సంజీవని లాంటిది. నిత్య నూతనంగా ఉంచేందుకు, మానసిక ప్రశాంతతను పొందేందుకు, అనుకున్న లక్ష్యాలను చేరేందుకు యోగా దోహదపడుతుంది. దీని ప్రాధాన్యాన్ని గుర్తించే మరింత ప్రాచుర్యం కల్పించాలని, ప్రజలను యోగాలో భాగస్వామ్యం చేయాలని భారత ప్రధాని మోదీ, రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు సంకల్పించారు. ఆమేరకు శనివారం యోగా దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో యోగాలో రాష్ట్ర, జాతీయ స్థాయి పోటీలలో పాల్గొన్న కొత్తపేట కేబీఎన్ కళాశాల విద్యార్థులు తమ అభిప్రాయాలు 'న్యూస్‌టుడే'తో పంచుకున్నారు.

చదువులో ఏకాగ్రత...

విజయవాడ గ్రామీణం కొత్తూరు తాడేపల్లిలో ఉంటున్నాం. యోగా పట్ల ఆసక్తితో ఏడాది నుంచి సాధన చేస్తున్నా. ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం కలుగుతోంది. చదువులో ఏకాగ్రతకు యోగా దోహదపడుతోంది. మానసిక ప్రశాంతతో ఏది చదివినా సులభంగా ఆకళింపు చేసుకోగలుగుతున్నా. రాష్ట్ర స్థాయి, జాతీయ స్థాయి యోగా పోటీల్లో పాల్గొన్నాను. యోగా శిక్షణ కేంద్రం పెట్టాలన్నదే లక్ష్యం. **-నటరాజ ఆసనంతో షేక్ సమీర, బీఎస్సీ ఫైనలియర్**

ఏడేళ్ల వయసు నుంచే శిక్షణ

గురుకుల పాఠశాలలో ఏడేళ్ల వయసు నుంచే యోగా నేర్చుకున్నా. భగవద్గీత, వేదాలు కూడా నేర్పించారు. బీఎస్సీ పూర్తి చేసి యోగా డిప్లొమో చేశాను. రాష్ట్ర స్థాయిలో రెండు రజిత, ఒక కాంస్య పతకాలను సొంతం చేసుకున్నా. 2022లో ఒడిశాలో, 2023 చెన్నైలో, 2024 ఒడిశాలో వరుసగా మూడుసార్లు జాతీయ స్థాయి యోగా పోటీలలో పాల్గొన్నా. కేబీఎన్ కళాశాలలో యోగా ట్రైనర్‌గా చేస్తున్నా. రోబోటిక్ సైంటిస్టు కావాలన్నది లక్ష్యం.

-పద్మశీర్ష ఆసనంలో వైకేఎస్‌డీ గౌరీనాథ్, బీఎస్సీ

అంతర్జాతీయ స్థాయికి..

విించిపేటలో ఉంటున్నా. యోగాలో ఏడాదిన్నరకు పైగా శిక్షణ పొందాను. మానసిక ఉల్లాసంగా ఉంటుంది. ఏ సబ్జెక్టు చదివినా ఏకాగ్రత పెరుగుతోంది. 2024 యోగా పోటీల్లో రాష్ట్రస్థాయిలో 5వ స్థానంలో నిలిచా. భువనేశ్వర్‌లో జాతీయ స్థాయి పోటీల్లో పాల్గొన్నా. అంతర్జాతీయ స్థాయి యోగా పోటీలో పాల్గొనాలని ఆకాంక్ష. **- వీరభద్ర ఆసనంలో మొహ్మద్ జీబాతస్రీన్, బీఎస్సీ ఫైనలియర్**

యువతలో చైతన్యం తెస్తా..

-గరుడాసనంలో శ్రీత్విషా, బీఎస్సీ సెకండియర్

వన్‌టౌన్‌లోని ఇస్లాంపేటలో ఉంటున్నాం. రెండేళ్లుగా యోగా శిక్షణ తీసుకుంటూ పలు పోటీల్లో పాల్గొన్నా. గర్భపిండ, గరుడా, శీర్ష, వృక్ష, వటాయ, వీరభద్ర, కుకుట ఆసనాలు అవలీలగా వేయగలను. నా శరీరం ఎటు మెలితిప్పితే అటు తిరుగుతుంది. యోగాతో పాజిటివ్ థింకింగ్ అలవడింది. ప్రతి విద్యాసంస్థలో, ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో యోగా సాధన చేసేలా ప్రభుత్వం అవకాశం కల్పించాలి. యోగాకు ప్రచారం కల్పించి యువతలో చైతన్యం తీసుకురావలనే లక్ష్యం పెట్టుకున్నా.

మేమున్నాం.. మీకు తోడుగా.. 10 AM to 1 PM

Date : 21/06/2025 EditionName : ANDHRA PRADESH(AMARAVATI NTR) PageNo : 06

కెబిఎన్ కళాశాల్లో అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం

అబ్బురపరిచే యోగాసనాలతో విద్యార్థుల ప్రతిభలు

విజయవాడ పశ్చిమ, జూన్ 21:(వార్తా ప్రభ ప్రతినిధి)అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం సందర్భంగా శనివారం కెబిఎన్ కళాశాల ఎన్.ఎస్.ఎస్, ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ విభాగం సంయుక్తంగా ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించాయి. యోగ శిక్షకులు డి.హేమచంద్రరావు విద్యార్థుల చేత యోగాసనాలు, సూర్యనమస్కారాలు చేయించారు. అబ్బురపరిచే యోగాసనాలతో విద్యార్థులు తమ తమ ప్రతిభను చాటుకున్నారు. యోగా గురువులు యోగ సాధన ద్వారా మానసిక చైతన్యం ఉత్తేజితం అయ్యే విధానాన్ని వివరించారు. ఇంటర్మీడియట్, డిగ్రీ, పి.జి విభాగాల నుంచి 1500 మంది విద్యార్థులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. పిరమిడ్లతో పాటు వివిధ ఆసనాలను యోగ డిప్లమో విద్యార్థులు ప్రదర్శించారు. ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జి.కృష్ణవేణి, హిందూ హై స్కూల్స్ అడ్మినిస్ట్రేటివ్ ఆఫీసర్ డాక్టర్ వి.నారాయణరావు, ఎన్ ఎస్ ఎస్ ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్స్ డి.పవన్, ఎన్.సాంబశివరావు, వైస్ ప్రిన్సిపాల్స్ డాక్టర్ ఎం.వేంకటేశ్వరరావు, పి.ఎల్.రమేష్ తదితరులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

కెబిఎన్ లో ఘనంగా యోగ దినోత్సవం

విజయవాడ పశ్చిమ, జూన్ 21 (భారత్ న్యూస్)

అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా శనివారం కెబిఎన్ కళాశాల ఎన్.ఎస్.ఎస్, ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ విభాగం సంయుక్తంగా ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించాయి. యోగ శిక్షకులు డి.హేమచంద్రరావు విద్యార్థుల చేత యోగాసనాలు, సూర్యనమస్కారాలు చేయించారు. యోగ సాధన ద్వారా మానసిక చైతన్యం ఉత్తేజితం అయ్యే విధానాన్ని వివరించారు. ఇంటర్మీడియట్, డిగ్రీ, పి.జి విభాగాల నుంచి 1500 మంది విద్యార్థులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. పిరమిడ్లతో పాటు వివిధ ఆసనాలను యోగ డిప్లమో విద్యార్థులు ప్రదర్శించారు. ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జి.కృష్ణవేణి, హిందూ హై స్కూల్స్ అడ్మినిస్ట్రేటివ్ ఆఫీసర్ డాక్టర్ వి.నారాయణరావు, ఎన్ ఎస్ ఎస్ ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్స్ డి.పవన్, ఎన్.సాంబశివరావు, వైస్ ప్రిన్సిపాల్స్ డాక్టర్ ఎం.వేంకటేశ్వరరావు, పి.ఎల్.రమేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈనాడు

epaper.eenadu.net

అంబరం.. యోగా సంబరం

ఊరూవాడా ఏకమై సాధనలో నిమగ్నం

పాల్గొన్న ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు, విద్యార్థులు

భాగంగా యోగాస యోగాను నిత్యజీవి ఆరోగ్యంతోపాటు దని ప్రముఖులు జనాలను వివరిం స్కూల్లో నగరపాలక యేషన్ సంయుక్త సాధన కార్యక్రమం భాజపా అధ్యక్షుడు పాల్గొని యోగా

గురువు సుబ్బారావుకు శాలువా కప్పి, జ్ఞాపికను అందించి ఘనంగా సత్కరించారు. యోగా సాధనను కొనసాగించాలని కోరారు. ★ విజయ డెయిరీలో రాష్ట్ర ఆహారశుద్ధి పరిశ్రమలు, వాణిజ్యశాఖ కార్యదర్శి చిరంజీవి చౌదరి, డెయిరీ ఛైర్మన్ చలసాని ఆంజనేయులు, ఎండీ కొల్లి ఈశ్వరబాబు, డెయిరీ అధికారులు, ఉద్యోగులు యోగా సాధనలో పాల్గొన్నారు. ★ కొత్తపేట కేబీఎన్ కళాశాలలో కళాశాల క్రీడావిభాగాధిపతి, యోగా శిక్షకులు డి. హేమచంద్రరావు విద్యార్థులతో యోగా సాధన చేయించారు. సుమారు 1500 మంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

కేబీఎన్ కళాశాలలో విద్యార్థుల విన్యాసాలు..

★ **భవానీపురం:** శ్రీ వెంకటేశ్వర యోగా సేవా కేంద్రం భవానీపురం శాఖ-2, భారత్ వికాస్ పరిషత్ ఆధ్వర్యంలో శివాలయం సెంటర్ వద్ద యోగాసనాలు వేశారు. మొదట శాంతియాత్ర నిర్వహించారు. మాతాజీ మంజుల యోగి దుర్గాభవానీ, అధ్యక్షుడు తిరుమలరమేష్‌బాబు, ప్రధాన కార్యదర్శి తుమ్మలపెంట నాగేశ్వరరావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు. ★ **చిట్టినగర్:** పొట్టి శ్రీరాములు చలవాది మల్లికార్జునరావు ఇంజినీరింగ్ కళాశాలలో విశ్వభారతి, దక్షిణ మధ్యక్షేత్ర, ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ కన్వీనర్ కోసనం జగదీష్, కళాశాల కార్యదర్శి అమర్‌సుధీర్,

బస్తీలో నె కనబరిచిన జేశారు. **టుడే:** రైలే లని విజ ఎంలు) క విజయవా యోగాసన దేవి, వెల

Date : 22/06/2025 EditionName : ANDHRA PRADESH(AMARAVATI NTR) PageNo :

సాక్షి

కేబీఎన్ కళాశాలలో యోగాసనాలను వేస్తున్న విద్యార్థులు

ద్వారా

అ

విజయ త్సవం ర్టైన్‌మె మంతర చిన సినీ గాయని శ్రేయ, బెనర్జీ, గీతాలతి ఆలపిం

22/06/2025 | Vijayawada(Vijayawada West) | Page : 9

Source : https://epaper.sakshi.com/

కెబిఎన్ కాలేజీలో యోగా దినోత్సవం

విజయవాడ పశ్చిమ, జూన్ 21, (ఆంధ్రపత్రిక) : అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం సందర్భంగా శనివారం కెబిఎన్ కళాశాల ఎన్.ఎస్.ఎస్, ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ విభాగం సంయుక్తంగా ప్రత్యేక కార్యక్ర మాన్ని నిర్వహించాయి. యోగ శిక్షకులు డి.హేమచంద్రరావు విద్యార్థుల చేత యోగాసనాలు, సూర్యన మస్కారాలు చేయించారు. యోగ సాధన ద్వారా మానసిక చైతన్యం ఉత్తేజితం అయ్యే విధానాన్ని వివరించారు. ఇంటర్మీడియట్, డిగ్రీ, పి.జి విభాగాల నుంచి 1500 మంది విద్యార్థులు ఈ కార్యక్రమ ంలో పాల్గొన్నారు. పిరమిడ్లతో పాటు వివిధ ఆసనాలను యోగ డిప్లమో విద్యార్థులు ప్రదర్శించారు. ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జి.కృష్ణవేణి, హిందూ హై స్కూల్స్ అడ్మినిస్ట్రేటివ్ ఆఫీసర్ డాక్టర్ వి.నారాయణరావు, ఎన్ ఎస్ ఎస్ ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్స్ డి.పవన్, ఎన్.సాంబశివరావు, వైస్ ప్రిన్సిపాల్స్ డాక్టర్ ఎం.వేంకటేశ్వరరావు, పి.ఎల్.రమేష్ పాల్గొన్నారు.