சர்வதேச யோகா தினத்தையொட்டி

8 மெட்ரோ ரெயில் நிலையங்களில் யோகா பயிற்சி

4 நாட்கள் நடக்கிறது

சென்னை, ஜூன்.20–சர்வதேச யோகா தினத்தையொட்டி சென்னை மெட்ரோ ரெயில் நிறுவனம் மற்றும் பொள்ளாச்சி சுத்தவெளி சபை தியானப்பயிற்சி மையம் சார்பில் பயணிகள் மற்றும் பொதுமக்களுக்கு ரெயில் நிலையங்களில் யோகா பயிற்சி அளிக்கப்படுகிறது.

அதன்படி இன்று(20–ந்தேதி) காலை 6.30 மணிக்கு சென்னை சென்டிரல் மெட்ரோ ரெயில் நிலையத்தில் இந்த பயிற்சி தொடங்குகிறது. அன்று மாலை 5.30 மணிக்கு சைதாப்பேட்டை மெட்ரோ ரெயில் நிலையத்திலும், நாளை(21–ந்தேதி) காலை 6.30 மணிக்கு திருமங்கலம் மெட்ரோ ரெயில் நிலையத்திலும், மாலை 5.30 மணிக்கு எழும்பூர் மெட்ரோ ரெயில் நிலையத்திலும் பயிற்சி அளிக்கப்படுகிறது.

தொடர்ந்து 22–ந்தேதி காலை 6.30 மணிக்கு மண்ணடி மெட்ரோ ரெயில் நிலையத்திலும், மாலை 5.30 மணிக்கு பரங்கிமலை ரெயில் நிலையத்திலும், 23–ந்தேதி காலை 6.30 மணிக்கு வடபழனி மெட்ரோ ரெயில் நிலையத்திலும், மாலை 5.30 மணிக்கு அசோக்நகர் மெட்ரோ ரெயில் நிலையத்திலும் பயிற்சி அளிக்கப்படுகிறது.