மெட்ரோ ரயில் நிலையங்களில் 4 நாள் யோகா பயிற்சி

சென்னை

மெட்ரோ ரயில் நிறுவனம் நேற்று வெளியிட்டுள்ள செய்திக்குறிப்பு:

உலக யோகா தினம் ஜூன் 21-ம் தேதி கொண்டாடப்படுகிறது. இதையொட்டி சென்னையின் 8 மெட்ரோ ரயில் நிலையங்களில் வரும் 20-ம் தேதி முதல் 23-ம் தேதி வரை தொடர் யோகா பயிற்சி அளிக்கப்படுகிறது.

பொள்ளாச்சியை தலைமையிடமாகக் கொண்ட சுத்தவெளி சபை தியானப் பயிற்சி மையத்துடன் இணைந்து இப்பயிற்சி நடத்தப்படுகிறது. இதில் பங்கேற்க கட்டணம் கிடையாது. 20-ம் தேதி காலை சென்னை சென்ட்ரல், மாலை சைதாப்பேட்டை, 21-ம் தேதி காலை திருமங்கலம், மாலை எழும்பூர், 22-ம் தேதி காலை மண்ணடி, மாலை பரங்கிமலை, 23-ம் தேதி காலை வடபழனி, மாலை அசோக் நகரில் பயிற்சி தரப்படுகிறது.