

**Headline:** Session on 'Yoga for One Earth and One Health': Yoga and Pranayama help in reducing stress

Print Coverage:

Date	Publication	Edition
24 <sup>th</sup> June 2025	Rajasthan Patrika	All

## ‘एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग’ पर सेशन तनाव कम करने में योग- प्राणायाम से मिलती मदद



जयपुर @ पत्रिका प्लस. आइआइएचएमआर यूनिवर्सिटी ने विश्वविद्यालय परिसर में ‘एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग’ विषय पर योग संगम सेशन आयोजित कर अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया। सेशन में न्यूरोसर्जन और योग गुरु डॉ. काकू मयूर विनय कुमार ने योग और प्राणायाम की श्रृंखला के साथ सेशन का संचालन

किया। यूनिवर्सिटी अध्यक्ष डॉ. पी. आर. सोडानी ने बताया कि सेशन में सभी प्रतिभागियों ने तनाव कम करने और लंबे समय तक फिट रहने के तरीके सीखने के लिए योग और प्राणायाम का अभ्यास किया। यह कार्यक्रम विशाखापट्टनम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अगुवाई में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम के तहत आयोजित किया गया था।