

A Report on
“International Yoga Day”
Organized by **NSS CELL**



Report Submitted by: **Mr. Pujari Rajesh, NSS Programme Officer**

Attendance: **50 participants**

Introduction:

On **21-06-2026**, the NSS Unit of MITs, Madanapalle, in association with **Mera Yuva Bharat (MY Bharat)**, **Annamayya District, Andhra Pradesh**, under the **Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India**, organized the **International Yoga Day – 2026** celebrations at the MITs campus. The programme was conducted with the objective of promoting physical fitness, mental well-being, self-discipline, and a healthy lifestyle among students, faculty members, and the community. The event emphasized the importance of yoga as a holistic practice that nurtures harmony between the body, mind, and spirit.

The celebration witnessed enthusiastic participation from NSS volunteers, students, faculty members, and staff members. The programme aimed to create awareness about the benefits of regular yoga practice in reducing stress, improving concentration, enhancing flexibility, and preventing lifestyle-related diseases. Through collective participation and guided yoga sessions, the event encouraged everyone to adopt yoga as an integral part of their daily lives and contribute towards building a healthier and more peaceful society.

Event Process:

The programme commenced at **6:00 AM** with the assembly of NSS volunteers, students, faculty members, and staff members at the MITs campus. The NSS Programme Officer welcomed **Dr. P Ramanathan, Principal**, **Mr. Pranav, Yoga Trainer, Satsang Foundation, Madanapalle** and explained the significance of celebrating International Yoga Day. The gathering was informed about this year's theme and the role of yoga in promoting physical, mental, and emotional well-being.

The event was organized in collaboration with **Mera Yuva Bharat (MY Bharat)**, **Annamayya District**, under the **Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India**. The organizers emphasized the importance of youth participation in promoting health awareness and preserving India's rich cultural heritage through the practice of yoga.

Experienced yoga instructors conducted the yoga session and guided the participants through various asanas, stretching exercises, breathing techniques, and meditation practices. The participants actively performed **Surya Namaskar**, standing postures, sitting postures, balancing exercises, and relaxation techniques with great enthusiasm and discipline.

Special emphasis was given to **Pranayama practices**, including Anulom Vilom, Kapalabhati, and deep breathing exercises. The instructors explained the health benefits of each practice and highlighted their role in improving respiratory health, reducing stress, and enhancing mental concentration.

During the awareness session, the resource persons elaborated on the importance of incorporating yoga into daily life. They explained how regular yoga practice helps maintain physical fitness, strengthens immunity, improves emotional stability, and prevents various lifestyle disorders. Participants were encouraged to practice yoga regularly and motivate others to adopt healthy living habits



The programme also included an interactive session where students and volunteers shared their experiences regarding the positive impact of yoga on their lives. The participants expressed their commitment to practicing yoga regularly and spreading awareness about its benefits within their families and communities.

The event concluded with a collective pledge to promote the values of health, harmony, peace, and well-being through yoga. A group photograph was taken to commemorate the successful celebration of International Yoga Day – 2026 at MITS, Madanapalle.

Press Clips:

SKYLINE

ENGLISH DAILY

Simultaneously published from Tirupati, Vijayawada, Visakhapatnam & Hyderabad

VOLUME : 21, NO. 172 TIRUPATI, MONDAY, JUNE 22, 2026 PAGES 8 Rs. 1/-

The prestigious “Yogandhra-2026” program at MITS university was an Unprecedented success

Madanapalle, June 21(Skyline daily): The 12th International Yoga Day was celebrated on June 21st at the MITS Deemed to be University (Madanapalle Institute of Technology and Science) near Madanapalle. With the theme “Yoga for Healthy Ageing-2026”, the program was jointly organized by the Physical Education and Sports Department, Yoga and Meditation Club and SAC Club. Yoga trainer

Pranay from Madanapalle Satsang Foundation and his team participated and conducted yoga and meditation practices. Principal Dr P Ramanatham participated as the chief guest of the program and said that yoga is a great heritage that India has given to the world and by making it a part of daily lifestyle, along with physical health, mental peace, emotional balance, spiritual development is also possible. As part of the ambitious “Yogandhra-2026” program launched by the Prime Minister of India and the Chief Minister of Andhra Pradesh, yoga programs were organized on the university campus on June 21. University Yoga Trainer and Physical Director Dr C Damodaran said that yoga is not just a physical exercise, but also a guide to overall health, discipline, concentration and a balanced life. Later, Pranay and his team demonstrated Surya Namaskar, various yoga asanas, pranayama, breathing exercises and meditation techniques and got the students, faculty and staff involved in practicing them. They explained ways to control stress, improve mental calmness and concentration through a special meditation program. NSS Program Officer P Rajesh, Manju Vikram, members of the Physical Education Department, faculty, non-teaching staff, NSS and NCC students participated in the program and practiced yoga.

మిట్స్ వర్సిటీలో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దే - యోగాసనాలలో పాల్గొన్న అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు

క్షణ్ మరియు సాత్ క్షణ్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో మదనపల్లె సర్కిల్ ఫౌండేషన్కు చెందిన యోగా ట్రైనర్ ప్రణయ్ మరియు ఆయన బృందం పాల్గొని యోగా, ధ్యాన సాధనలను నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ పి.రామనాథం పాల్గొని, యోగా భారతదేశం ప్రపంచానికి అందించిన గొప్ప వారసత్వమని, దానిని రోజువారీ జీవనశైలిలో భాగంగా చేసుకోవడం ద్వారా శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ప్రశాంతత, భావోద్వేగ సమతుల్యతతోపాటు ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం కూడా సాధ్యమవుతుందని తెలిపారు. భారత ప్రధానమంత్రి మరియు అంతర్జాతీయ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన యోగాంధ్ర-2026 కార్యక్రమంలో భాగంగా జూన్ 21వ యూనివర్సిటీ ప్రాంగణములో యోగా కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. యూనివర్సిటీ యోగా ట్రైనర్ మరియు ఫిజికల్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ సి.రామోదరన్ మాజీలైన యోగా శివలం శారీరక వ్యాయామం మాత్రమే కాకుండా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం, శ్రమశీఘ్రత, విశ్రాంతి మరియు సంతులిత జీవనానికి మార్గదర్శకమని వివరించారు. అనంతరం ప్రణయ్ మరియు ఆయన బృందం సూర్య సమస్కారాలు, వివిధ యోగాసనాలు, ప్రాణాయామం, శ్వాస వ్యాయామాలు మరియు ధ్యాన ప్రక్రియలను ప్రదర్శించి విద్యార్థులు, అధ్యాపకులు, సిబ్బందితో కలిసి సాధన చేయించారు. ప్రత్యేక ధ్యాన కార్యక్రమం ద్వారా ఒత్తిడి నియంత్రణ, మానసిక ప్రశాంతత, విశ్రాంతి పెంపొందించుకునే మార్గాలను వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్ఎస్సెస్ క్రోగ్రాం అఫీసర్ పి.రాజేష్, మంజు, ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ విభాగ సభ్యులు, అధ్యాపకులు, జోడనేతర సిబ్బంది, ఎన్ఎస్సెస్ మరియు ఎస్.సి.సి విద్యార్థులు పాల్గొని యోగా సాధన చేశారు.

మదనపల్లె/ కురలంకోట, జూన్ 21 (నేటి మనకేసు ప్రతినిధి): మిట్స్ టిఎస్ టి యూనివర్సిటీలో జరిగిన 12వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని ఘనంగా జరుపుకున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన వ్యర్థాన్ని కోసం యోగా (యోగా సర్ వైట్స్ ఏజింగ్ -2026) అనే ఇతివృత్తంతో ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ అండ్ స్పోర్ట్స్ విభాగం, యోగా అండ్ మెడిటేషన్

ఆరాగ్యకరమైన వృద్ధాప్యం కానుం యోగా

- మిట్స్ వర్సిటీ లో ఘనంగా 12వ అంతర్జాతీయ యోగాదినోత్సవం

[illegible][illegible]

ప్రపంచానికి భారతదేశం అందించిన గొప్ప వారసత్వం యోగా

■ మిట్స్ ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ వి.రామచంద్రం వెల్లడి ■ యూనివర్సిటీలో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం

[illegible][illegible]

అందుకు కృతజ్ఞులం నేనొక్క నమో స్వామిగారిని విడిచి
యోగామయి ప్రాణాదులనుం తానె వ్రాదుననా
మ నరుదును తానె క్రైస్తవ యులను క్రైస్తవమున
విచ్చాడును తానె క్రైస్తవమున విచ్చాడును తనని
సాధన కేమందురాను క్రైస్తవ వ్రాన క్రైస్తవమున
వ్రాన ఒకటి వియ్యెతల, మనముక ప్రతాపమున
విచ్చాన కేమందుననునది మొదలును వియ్యె
యల. తనకృతజ్ఞులం నేనొక్క నమో స్వామిగారిని
విడిచి నేనొక్క నమో స్వామిగారిని విడిచి
యొక్క నమో స్వామిగారిని విడిచి నేనొక్క
యొక్క నమో స్వామిగారిని విడిచి నేనొక్క



ఆంధ్రవైభవ

మిట్స్లో ఘనంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం

[illegible]

యోగా నిర్వహిస్తున్న మిట్టీ ప్రెస్సిపాల్ అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు

ద్వారా ఒత్తిడి నీయంత్రణ, మానసిక ప్రశాంతత, ఏకాగ్రత పెంపొందించుకునే మార్గాలను వివరించింది. కార్యక్రమంలో ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రాం ఆఫీసర్ పి. రాజేష్, మంజు దీక్షిత్, శీతలతల్ ఎడ్యుకేషన్ విభాగ నర్సులు, అధ్యాపకులు, బోధనేతర సిబ్బంది, యెస్ ఎస్ ఎస్ మరియు యెస్ సి సి విద్యార్థులు పాల్గొని యోగా సాధన చేశారు.

22/06/2026 | Kadapa | Page: 13
Source: <https://kannada.prathibha.com>

Conclusion:

The **International Yoga Day Celebration conducted on 21-06-2026 at MITS, Madanapalle** was highly successful in promoting awareness about the importance of yoga for physical fitness, mental peace, and holistic development. The programme effectively encouraged students and faculty members to embrace yoga as a way of life and highlighted its significance in achieving a healthy and balanced lifestyle.

The collaboration with **Mera Yuva Bharat (MY Bharat)**, **Annamayya District**, under the **Ministry of Youth Affairs and Sports, Government of India**, enhanced the impact of the event and strengthened the spirit of youth participation in health and wellness initiatives. The programme concluded on an inspiring note, motivating all participants to continue practicing yoga regularly and contribute towards building a healthier, happier, and more harmonious society.

With Regards,

Dr. C. Kamal Basha, M.E., Ph.D.

Vice Principal - Administration,
Madanapalle Institute of Technology & Science,
Madanapalle - 517 325, A.P.
viceprincipaladministration@mits.ac.in