



வேளச்சேரி மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை

(உலக சமுதாய சேவா சங்கத்துடன் இணைந்தது - இணைப்பு எண் 200)

14/3 A தண்டீஸ்வரம் நகர் ஆறாவது பிரதான சாலை

வேளச்சேரி, சென்னை 600 042

தொலைபேசி: 044-22433593 – 9444412471



மார்ச் 2018 மாத நிகழ்வுகள்- தண்டீஸ்வரம் நகர் அறிவுத்திருக்கோயில்

தேதி	நாள்	நேரம்	நிகழ்ச்சிகள்	ஆசிரியர்
01.03.2018	வியாழன்	மாலை 5.30	பெளர்னமி தவம்	
04.03.2018	ஞாயிறு	காலை 10 மதியம் 1	காயகல்பம்	பேரா.அன்பழகன்
05.03.2018 முதல் 16.03.2018	திங்கள் - வெள்ளி	காலை 6 முதல் 7.15 வரை	அடிப்படை யோகா வகுப்புகள் 1	பேரா.தட்சிணாமூர்த்தி து.பேரா.கலியமூர்த்தி அ.நி.மீராமுத்துசாமி
06.03.2018	செவ்வாய்	10 - 1	சிறப்பு தவ விளக்கம்	பேரா.கணா காளியப்பன்
10.03.2018	சனி	காலை 10 - 4	அகத்தாய்வு இரண்டாம் நிலை (முதல் நாள்)	பேரா கோதைராஜன்
11.03.2018	ஞாயிறு	காலை 10 - 4	அகத்தாய்வு இரண்டாம் நிலை (இரண்டாம் நாள்)	பேரா Dr.அருணாகரன்
19.03.2018 முதல் 30.03.2018 வரை	திங்கள் - வெள்ளி	காலை 6 முதல் 7.15 வரை	அடிப்படை யோகா வகுப்புகள் II	து.பேரா.சார்லஸ் அ.நி.முத்துசாமி அ.நி.மீராமுத்துசாமி
25.03.2018	ஞாயிறு	காலை 10 மாலை 4	மௌனம்	பேரா.உமாபரமேஸ்வரி
31.03.2018	சனி	மாலை 5.30	Power Point Presentation	

கூட்டுத்தவம் :

திங்கள் & செவ்வாய் காலை 10.30 – 11.30 - மாலை 5.30 – 6.30

புதன் வியாழன் மற்றும் சனி மாலை 5.30 – 6.30

ஞாயிறு காலை 7.00 – 8.30

- **அடிப்படை யோகா வகுப்புகள்-** எளியமுறை உடற்பயிற்சி, தியானப்பயிற்சி மற்றும் காயகல்ப பயிற்சி ஆகியவை அடங்கியது. தொடர்புக்கு
 - து.பேரா.சார்லஸ், பொறுப்பாசிரியர் - தொலைபேசி- 9444991911
 - விஷன் - ஆழியார், சென்னைப் பல்கலைக் கழகம் மற்றும் தஞ்சை தமிழ் பல்கலைக் கழகம் இவற்றுடன் இணைந்து நடத்தும் “யோகமும் மனித மாண்பும் (M.A., B.A., & Diploma) முதுகலை, இளங்கலை பட்டம் மற்றும் பட்டய வகுப்புக்கான விபரங்களுக்குத் தொடர்பு கொள்ள
 - பேரா.செந்தூராஜன், திட்ட அலுவலர், தொலைபேசி : 9500081911 - 9840575779
 - விஷன் சான்றிதழ் பயிற்சி “மனவளக்கலை யோகா” (VISION Certificate Course) காலம்- நான்கு மாதங்கள் பதிவுக்கு தொடர்பு கொள்ள
 - து.பேரா.மீனாட்சி நாச்சியப்பன் - தொலைபேசி-9940336308
 - பள்ளிமற்றும் கல்லூரி மாணவர்களுக்கான “யோகமும் இளைஞர் வல்லமையும்” (Yoga for Youth Empowerment)-தமிழ்நாடு திறந்தநிலைப் பல்கலைக் கழக சான்றிதழ் மற்றும் பட்டயம் அட்மிஷன் தொடர்பான விசாரனைக்கு
 - து.பேரா.கோபிசந்த், தொலைபேசி 9840793752
-
- வேளச்சேரி மன்ற தவமையங்கள்:
 1. **அன்னை இந்திராநகர் தவமையம்** 4, பிளாட் நெ.13 12வது தெரு டான்சி நகர் வேளச்சேரி, சென்னை 600 042 தரமணி ரோடு சர்ச் அருகில்
பொறுப்பாசிரியர்: பேரா.தணசேகரி - போன்: 9787489086
 2. **சசிநகர் தவமையம்**, 4/1 பாலாஜி காலனி பிரதான சாலை, வேளச்சேரி, சென்னை 600 042 வேளச்சேரி ஏரிக்கரை அருகில்
பொறுப்பாசிரியர் அ/நி.பாரிவள்ளல் - போன்: 9940489362