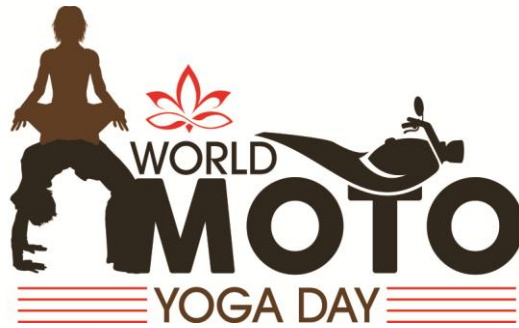


**INDIA TOURISM
CHENNAI**



World Moto Yoga Day - 1

Coverage Docket

Chennai

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Andhra Jyothi

Edition: Chennai

కోలాహలంగా వరల్డ్ మోటో యోగా



యోగా చేస్తున్న బైక్ రేసర్లు

చెన్నై, జూన్ 17 (ఆంధ్రజ్యోతి): అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం, అంతర్జాతీయ మోటార్ సైకిల్ దినోత్సవాలను పురస్కరించుకుని బిగ్ బైకింగ్ కమ్యూనే, ఇండియా టూరిజం చెన్నై సంస్థల సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో వరల్డ్ మోటో యోగా డే పేరుతో ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. బైక్ రేసర్ల ఫిటనెస్, యోగాకి ప్రాచుర్యం కల్పించడం వంటి లక్ష్యాలతో మోటో యోగా కార్యక్రమం జరిపినట్లు నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఇందులో బైక్ రైడర్లు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని యోగా చేశారు. సాధారణంగా బైక్ రైడింగ్ వెన్నునొప్పి, కండరాల నొప్పి, భుజం నొప్పి వంటి సమస్యలు ఏర్పడతాయని, యోగా వల్ల వారి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని బిగ్ బైకింగ్ కమ్యూనే సయన్స్ యకర్త అరుణ్ కుమార్ పేర్కొన్నారు. ఇండియా టూరిజం చెన్నై సంస్థ బైక్ రైడింగ్ కోసం ప్రత్యేకంగా యోగా దినోత్సవాన్ని నిర్వహించడం ఇదే తొలిసారి అని, అయితే నగరంలోని బైక్ రైడింగ్ నుండి మంచి స్పందన లభించిందని చెప్పారు. కాగా, చెన్నైవ్యాప్తంగా ఉన్న వివిధ బైకింగ్ క్లబ్స్ నుండి దాదాపు 200 మంది బైక్ రైడ్లు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Dina Thodar

Edition: Chennai

இந்தியா சுற்றுலா சென்னையுடன் இணைந்து பிக் பைக்கிங் கம்யூன், உலக மோட்டோ யோகா தினத்தை கொண்டாடுகிறது

சர்வதேச யோகா தினம் மற்றும் உலக மோட்டார் சைக்கிள் தினத்தை அனுசரிக்க பைக்கர்கள் கூட்டம்

சென்னை, ஜூன் 17:சர்வதேச யோகா தினம் 2019 மற்றும் உலக மோட்டார் சைக்கிள் தினத்தை அனுசரிக்கும் பிக் பைக்கிங் கம்யூன், இந்திய சுற்றுலா சென்னையுடன் இணைந்து, உலக மோட்டோ யோகா தினத்தை நகரில் ஏற்பாடு செய்தது. பைக்கிங் சமூகத்தினரிடையே உடற்பயிற்சி இலக்குகளுக்கான அணுகுமுறைகளில் ஒன்றாக யோகாவை ஊக்குவிப்பதே இந்த நிகழ்வு.



இருசக்கர வாகனம் ஓட்டுபவர்கள் ஆர்வத்துடன் தங்கள் பாதையில் செல்லும்போது, அவர்களின் ஒட்டுமொத்த உடல்நலம் மற்றும் உடற்தகுதிக்கு பாதிப்பு ஏற்படும் நேரங்கள் உள்ளன. பைக்கர்கள் முதலாவது, தசைப்பிடிப்பு மற்றும் தோள்பட்டை வலி ஆகியவற்றை உருவாக்க முனைகிறார்கள். சிலர் அதை ஆரோக்கியமாகவும் இருக்கச் செய்தாலும், அவர்களுடைய உடற்பயிற்சி பயணங்களைத் தவறவிடுவோர் மிகக் குறைவு, எனவே யோகா என்பது

மக்கள் ஆரோக்கியமாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் இருக்கக்கூடிய ஒரு வழியாகும். பெரிய உடற்பயிற்சி நீண்ட சவாரிகள் வந்து!

இந்த நிகழ்வைப் பற்றி பேசிய பிக் பைக்கிங் கம்யூனின் கன்வீனர் அருண்குமார், "இதுமுதல்தடவையாக, இந்திய சுற்றுலா சென்னை பைக்கர்களுக்கு குறிப்பிட்ட யோகா தினத்திற்கான நிகழ்வை நடத்துகிறது. உலக மோட்டார் சைக்கிள் நாள் வரும் வாரத்தில் வருவதால், யோகா கலையை கொண்டாடுகிறோம், இதன் மூலம் பைக்கர்கள் மத்தியில்

அதை ஊக்குவிக்கிறோம். ஏராளமான நன்மைகளுடன் வரும் யோகா பைக்கர்கள் பொருத்தமாக இருக்க உதவுவதோடு அவர்களின் சவாரி இலக்குகளை அடைய உதவும் என்று நாங்கள் நம்புகிறோம்."

இன்ஸ்டிடியூட் ஆப் ஹோட்டல் மேனேஜ்மென்ட் கேட்டரிங் டெக்னாலஜி - அப்பளாடு நியூட்ரிஷனில் நடைபெற்ற இந்நிகழ்ச்சியில் நகரத்தின் பல்வேறு பைக்கிங் கிளப்புகளில் இருந்து 200 பைக்கர்கள் பங்கேற்றனர்.

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Dinakaran

Edition: Chennai



Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Dt Next

Edition: Chennai



Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Makkal Kural

Edition: Chennai



Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: New Indian Express

Edition: Chennai

Yoga for bikers to celebrate World Moto Yoga Day

EXPRESS NEWS SERVICE @ Chennai

ABOUT 50 bikers from the city on Saturday demonstrated different yoga asanas to celebrate World Moto Yoga Day. The event organised by Big Biking Commune, in association with India Tourism-Chennai, was to observe the International Yoga Day and World Motorcycle Day, both of which fall on June 21 and 23 respectively.

The event was held at the Institute of Hotel Management Catering Technology and Applied Nutrition. Arun Kumar, convener, Big Biking Commune, said, "This is the first time, India Tourism-Chennai is hosting an event for yoga day, specific to bikers."

"Since World Motorcycle Day falls in the coming week, we are celebrating the art of yoga, thereby promoting it among bikers.

Teachers from Isha taught a yoga session to the bikers which involved neck rotations, sun salutations and pranayama.

Light yoga, even during riding breaks for 15 minutes, can help bike riders to have a pleasant ride," said Janani Nagarajagurukkal, a yoga instructor from Isha.

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Rajasthan Patrika

Edition: Chennai

वर्ल्ड मोटो योग दिवस का आयोजन



पत्रिका न्यूज नेटवर्क
rajasthanpatrika.com

चेन्नई. बिग बाइकिंग कम्यून तथा इंडिया टूरिज्म चेन्नई ने वर्ल्ड मोटो योग दिवस का आयोजन किया। इसमें बड़ी संख्या में बाइकर्स ने भाग लिया। इस कार्यक्रम का आयोजन इंटरनेशनल योग

दिवस एवं वर्ल्ड मोटरसाइकिल दिवस के मद्देनजर किया गया था। कार्यक्रम का उद्देश्य योग तथा स्वास्थ्य, फिटनेस को बढ़ावा देना था। वक्ताओं ने कहा कि योग के जरिए कोई भी स्वस्थ रह सकता है। कार्यक्रम के संयोजक अरुण कुमार ने कहा कि बाइकर्स के लिए पहली बार ऐसा

आयोजन किया जा रहा है। इसके कई लाभ हैं। कार्यक्रम का आयोजन इंस्टीट्यूट ऑफ होटल मैनेजमेंट कैटरिंग टेक्नोलॉजी एंड अप्लायड न्यूट्रीशन में किया गया जिसमें विभिन्न क्लब के 200 बाइकर्स ने भाग लिया। वर्ल्ड मोटरसाइकिल डे अगले सप्ताह आयोजित किया जाएगा।

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Sakshi

Edition: Chennai

ఫిట్నెస్ లక్ష్యంగా యోగా



వరల్డ్ మోటో యోగా డేలో పాల్గొన్న బైక్ రైడర్స్

• వరల్డ్ మోటో యోగా డేలో విన్యాసాలు

టీ.నగర్: అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం 2019, వరల్డ్ మోటోసైకిల్ డేను పురస్కరించు కుని నగరంలో బిగ్ బైకింగ్ కమ్యూన్, ఇండియా టూరిజం, చెన్నై సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో శనివారం వరల్డ్ మోటో యోగా డే నిర్వహించారు. మోటో బైక్స్ నడిపేవారిలో ఫిట్నెస్ను పెంపొందించే విధంగా ఈ యోగా కార్యాక్రమాన్ని ఏర్పాటుచే శారు. దీనికి చెన్నై తరమణిలోగల ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ హోటల్ మేనేజ్మెంట్ క్యాటరింగ్ టెక్నాలజీ అండ్ అప్లైడ్ న్యూట్రీషన్ వేదికగా నిలిచింది. ఇందులో నగరంలోని వేర్వేరు బైకింగ్ క్లబ్స్కు చెందిన 200 మంది బైకర్స్ పాల్గొన్నారు. ఈ

సందర్భంగా బిగ్ బైకింగ్ కమ్యూన్, కన్వీనర్, అరుణ్కుమార్ మాట్లాడుతూ ఇండియా టూరిజం చెన్నై యోగా డేను పురస్కరించుకుని ప్రత్యేకమం గా దీన్ని ఏర్పాటుచేసినట్లు తెలిపారు. వచ్చే వారం వరల్డ్ మోటోసైకిల్ డే జరుపుకోనున్న తరుణంలో ప్రస్తుతం బైకర్స్లో అవగాహన కల్పించే విధంగా ఆర్ట్ ఆఫ్ యోగా నిర్వహిస్తు న్నట్లు తెలిపారు. వాహనచోదకులు బైక్ నడిపే సమయంలో ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకోవాల్సి వస్తుందని, అనేక మందికి వెన్నునొప్పులు, కండ రాలు, భుజాల నొప్పులతో బాధపడుతుంటారని తెలిపారు. యోగా ద్వారా వీటి నుంచి విముక్తి పొందవచ్చన్నారు. యోగా బైకర్స్లో శక్తి సామ ర్థాలను పెంపొందించడమే కాకుండా తమ లక్ష్యాలను సాధించేందుకు వీలు కల్పిస్తుంద న్నారు.

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Publication: Trinity Mirror

Edition: Chennai

Big Biking, India Tourism celebrates World Moto Yoga Day

Chennai, June 16:
Observing International
Yoga Day 2019 and
World Motorcycle Day,
Big Biking Commune
in association with India
tourism Chennai, organized

the World Moto Yoga Day
in the city. The event was
to promote Yoga as one of
the approaches to fitness
goals among the biking
community.

While bikers ride their

way with passion there
are times when it takes
a toll on their overall
health and fitness. Bikers
tend to develop back
aches, muscles spasms and
shoulder pain. While some
make it a point to be fit
and healthy, there can be
few who miss out on their
fitness journeys and so
Yoga is one way through
which people can stay hale
and healthy. With great
fitness come long rides!

Speaking about the
event, Arun Kumar,
Convener, Big Biking
Commune said, "This
is the first time, India

tourism Chennai is hosting
an event for Yoga day
specific to Bikers. Since
World Motorcycle day falls
in the coming week, we
are celebrating the art of
Yoga thereby promoting it
among bikers. We believe
that Yoga which comes
with lot of benefits can
help bikers to stay fit and
help them achieve their
riding goals."The event
which was held at Institute
of Hotel Management
Catering Technology &
Applied Nutrition saw
participation from 200
bikers from across different
biking clubs in the city.

ONLINE

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Website: Chennai Press News

Link : <https://chennaipressnews.blogspot.com/2019/06/big-biking-commune-in-association-with.html>

Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai, celebrates
World Moto Yoga Day

- *A gathering of bikers to observe International Yoga Day and World Motorcycle Day*

Chennai, 15th June 2019: Observing International Yoga Day 2019 and World Motorcycle Day, Big Biking Commune in association with India tourism Chennai, organized the World Moto Yoga Day in the city. The event was to promote Yoga as one of the approaches to fitness goals among the biking community.



Big Biking Commune in association with India Tourism Chennai celebrates World Moto Yoga Day

Website: Chennai Views

Link <https://www.youtube.com/watch?v=4CTXufnvywc>

