

أبوظبي تحتفي باليوم العالمي لليوغا



تستعد العاصمة أبوظبي يوم الثلاثاء، للاحتفاء بفعاليات اليوم العالمي الثامن لليوغا في استاد زايد للكريكت، وذلك تحت رعاية الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان، وزير التسامح والتعايش، بتنظيم مجلس أبوظبي الرياضي، بالتعاون مع «سفارة جمهورية الهند في أبوظبي، ونادي أبوظبي للكريكت، تحت شعار «اليوغا من أجل الإنسانية».

وينطلق برنامج الفعالية في الساعة السادسة مساءً بتدريبات ما يسمى بـ«التنفس الشاماني»، وتلي ذلك تمارين «الإطالة الشديدة»، ثم تمارين اليوغا المختلفة، وأخيراً تمارين «السافاسانا» والتأمل، لتختتم الفعاليات في التاسعة مساءً.

ومن المتوقع أن تشهد فعاليات اليوم العالمي لليوغا، مشاركة كبيرة من مختلف الجنسيات والأعمار، لاسيما بعد النجاحات المبهرة التي حققتها الاحتفالات السابقة التي أقيمت في أبوظبي.

وقال عارف حمد العواني الأمين العام لمجلس أبوظبي الرياضي: «يسعدنا التعاون مع سفارة جمهورية الهند في أبوظبي

وتنظيم فعالية اليوم العالمي الثامن لليوغا في أبوظبي التي تحرص على تعزيز تفاعل عموم فئات المجتمع بمختلف الأنشطة الرياضية، وترسيخ ريادتها في مقدمة مدن العالم»، مؤكداً أهمية ممارسة رياضة اليوغا التي تشهد شعبية كبيرة متزايدة على المستويين المحلي والعالمي، نظراً لفوائدها الصحية والنفسية، مبيناً أن استاد زايد للكريكت أكمل تحضيراته لاستضافة المشاركين، احتفالاً باليوم العالمي لليوغا، ما يعكس دعم وسعي مجلس أبوظبي الرياضي الدائم لتقديم المبادرات والبرامج الرياضية الطموحة لتحسين نمط أفراد المجتمع، بما يدعم مؤشر جودة الحياة، مضيفاً: «أصبحت اليوغا عاملاً مهماً لتعزيز نمط الحياة الإيجابية من النواحي البدنية والذهنية والنفسية، ما يؤكد قيمتها». «ومكانتها في تحقيق الإضافة لصحة الإنسان في المجتمعات

جدير بالذكر أن اليوم العالمي لليوغا، هو مبادرة أطلقها رئيس وزراء الهند ناريندرا مودي، وصادقت عليها الجمعية العامة للأمم المتحدة في 11 من ديسمبر عام 2014، معلنة يوم 21 من يونيو كل عام يوماً عالمياً لليوغا.