Ümumrespublika yoqa festivalı - "Bir əsrlik nəfəs"

Əmək və Əhalinin Sosial Müdafiəsi Nazirliyinin tabeliyindəki Dövlət Tibbi-Sosial Ekspertiza və Reabilitasiya Agentliyi tərəfindən Ümummilli Lider Heydər Əliyevin 100 illik yubileyinə həsr olunan "Bir əsrlik nəfəs" adlı yoqa festivalı keçirilib.

AZƏRTAC xəbər verir ki, Sumqayıt Reabilitasiya Mərkəzinin Sumqayıt bulvarında təşkil etdiyi festivalda əlilliyi olan şəxslərlə yanaşı, müharibə veteranları, şəhid ailəsi üzvləri, deputatlar və tanınmış şəxslər iştirak ediblər.

Festival çərçivəsində iştirakçılara yoqanın əsasları təlimi keçirilib və sertifikatlar təqdim olunub.

Qeyd edək ki, yoqa ilə müntəzəm məşğul olmaq emosional fonu yaxşılaşdırır, ürək-damar və tənəffüs sisteminə müsbət təsir göstərir. Bu baxımdan agentlik tərəfindən alternativ reabilitasiya metodu kimi yoqa təlimlərindən istifadə edilir.

Azərbaycan. - 2023.- 7 may.- S.16.