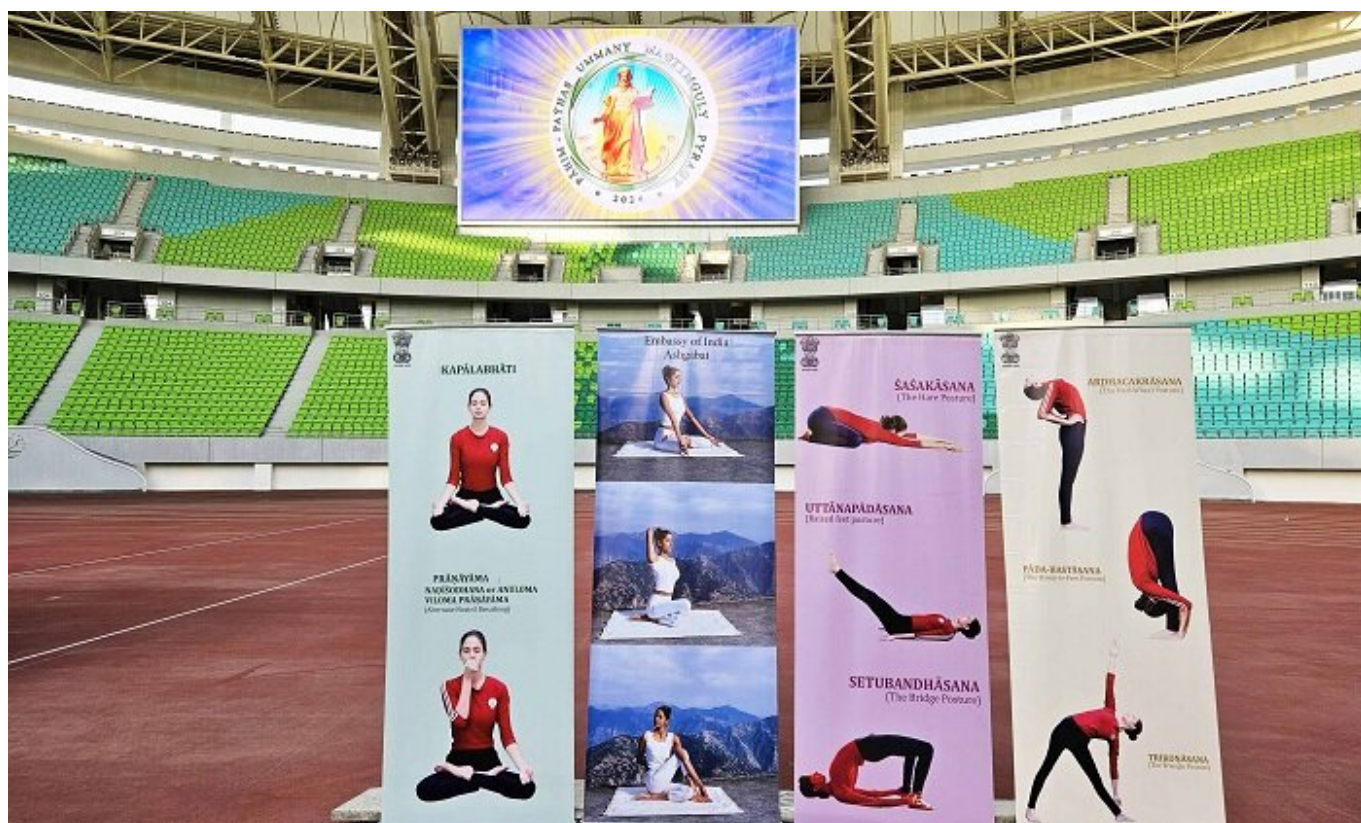


Посольство Индии в Туркменистане 21 июня пригласило всех любителей, почитателей и последователей древней практики долгого сохранения здоровья стать частью празднования Международного дня йоги. Массовое занятие прошло на Олимпийском стадионе Ашхабада. Об этом сообщил корреспондент **CentralAsia.news** в Ашхабаде.

В мероприятии приняли участие более двухсот человек. О пользе йоги известно давно, регулярное выполнение комплекса упражнений планомерно укрепляет как физическое, так и психологическое состояние, способствуя устранению негативных воздействий из вне.



Йога создает не только баланс между интеллектом и телом, но также объединяет параллели взаимодействия человека с окружающим миром, воспитывая такие качества как внимание, размеренность, дисциплина и целеустремленность.

Генеральная Ассамблея ООН провозгласила не случайно утвердила 21 июня Международным днем йоги. Именно этот день считается днем летнего солнцестояния, являющийся самым продолжительным в году. Напомним, что в нынешнем, високосном году он пришелся на 20 июня.



Глава дипмиссии Индии в Туркменистане Мадхумита Хазарика Бхагат отметила, что в этом году Международный день йоги отмечается в четырех городах Туркменистана: в Ашхабаде, Туркменбаши (Аваза), Туркменабаде и Мары.

«Мы видим много энтузиазма у людей: в каждом из этих городов пришли сотни человек. Мы получаем многочисленные запросы от различных учреждений и людей, чтобы для них специально проводить занятия йогой. Каждый день в столичном Центре йоги проводятся занятия в 4 смены - 2 смены утром, 2 - после обеденное время. На каждое занятие приходит до 100 человек. Я рада, что кроме Центра йоги, в Туркменистане есть также частные студии йоги, и туда тоже ходят люди. Это показывает, что популярность йоги с каждым годом в Туркменистане растет», — заявила Мадхумита Бхагат.



Посол напомнила, что первый Международный центр йоги в Центральной Азии открылся именно в Ашхабаде. В этой связи она выразила благодарность Национальному Лидеру Туркменистана Гурбангулы Бердымухамедову и главе государства Сердару Бердымухамедову за поддержку и активное развитие культурно-гуманитарных отношений между странами.