

शपथ पढ़िये | Read Pledge

- I pledge to integrate Yoga in my life by practicing it regularly along with my family and encourage friends too to take up Yoga for a healthier lifestyle.

- मैं अपने परिवार के साथ नियमित रूप से योग का अभ्यास कर अपने जीवन में योग को शामिल करने का संकल्प लेता/ लेती हूं और दोस्तों को भी स्वस्थ जीवन शैली के लिए योग को अपनाने के लिए प्रोत्साहित करूंगा/करूंगी।

- ನಾನು ನನ್ನ ಪರಿವಾರದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಯೋಗದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಯೋಗವನ್ನು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿರುವಂತೆ ಸಂಕಲ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅದಲ್ಲದೇ ನನ್ನ ಪರಿವಾರ, ಸಂಬಂಧಿಗಳು ಹಾಗೂ ಮಿತ್ರರೂ ಈ ಯೋಗವನ್ನು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತೇನೆ.