



ಈಜು ಕಲಿಯುವುದು ಆಪತ್ಕಾಲಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಅನುಕೂಲ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಹಳೆಯದಾಗಿದೆ. ಈಜು ಈಗ ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕೈಪಿಡಿಯೂ ಹೌದು.

★ ಪ್ರವೀಣ ಕುಲಕರ್ಣಿ

ಚಿತ್ರಗಳು: ಕೃಷ್ಣಕುಮಾರ್ ಪಿ.ಎಸ್.