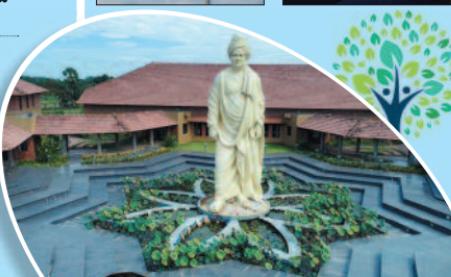
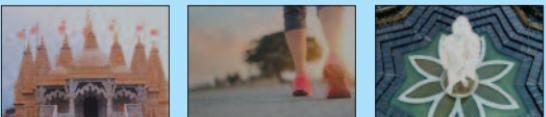


# ಸಂಪರ್ಕ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ

ಸರ್ವಕ್ಷೇಮ ಅನ್ವಯ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ  
ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ(SHRF)ದ ವಿಶೇಷತೆ

- ❖ ವಿಶಾಲವಾದ ಪಟ್ಟ ಪರಿಧಿ ರಮಣೀಯವಾದ ಸ್ಥಾಂತರ ಪರಿಸರ!
- ❖ ಖರಾರ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ ಸ್ಕೃತಿ ಹಿತೆ ಮತ್ತು ಯೋಗದ 'ಗ್ರಂಥ ಕ್ಷಾಂತಿ'!
- ❖ ಜಗತ್ತಿನ ಅತಿ ಎತ್ತರದ 35 ಅಡಿ ಸ್ಥಾಮಿ ವಿಚೇಳಣಂದರ ವಾಸಾನಿಕ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ!
- ❖ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಖರಾರದ ಫ್ರೆಂಚ್ ಪರಂಪರೆಯ ದೇಗುಲದ ವಾಸ್ತವಿಕ್ಯಾಸದ ಸೌಭಾಗ್ಯ!
- ❖ ಪರಿಷದ್ದ ಗಾಳಿ, ನೀರು, ವೀಳಿಗಳ ಯಥೋಚ್ಚಾವಾಗಿ ಸದ್ಗುಣ ಲಭಿಸುವಂತೆ ತಪ್ಪತ ವಿಷಯ!
- ❖ ಸುಮಾರು ೧೦೦೦ ಲಕ್ಷದ್ವಾರ್ ದಿನಾಂಕ ಸರ್ವಾಗ್ರಹ ಮಾಡವನ ಸ್ವಿಂಡಿ!
- ❖ ಒಂದು ವಾರದ ಅಂಬಿ ಸ್ಕೃತಿ, ಯೋಗ, ಆಹಾರ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಿತೆಗಳ ಸಮಾಗಮ!
- ❖ ಶಂಹಿರ ಹಿತೆಗೆ, ಹಾಸ್ಯ ಹಿತೆಗೆ, ಮೌನ ಹಿತೆಗೆ ಗ್ರಂಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಿ!
- ❖ ಸುಭರತವಾದ ಅನ್ವಯ ಸ್ವರೂಪ, ಡಿಲ್ಫ್ರೆ ಎ.ಎ. ನಾನ್ ಎ.ಎ. ಕಾರ್ಲೇಸ್ ರಾಮಗಳ ಸೌಭಾಗ್ಯ!
- ❖ 1.೨ ಮೀ. ಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿಕಾಲ ಅಧಿಕೀಯ ಸುಂದರ ವಾಣಿಗೆ ಚೈನ್‌ನ್!
- ❖ ಅಂದ ಉಂದದ ನಂಬಿನ ಮನೋರಂದಾದ ಸ್ಕೃತಿಗೆ ಖ್ಯಾತಿ!
- ❖ ವಿಧಿ ರೀತಿಯ ಅಭಿಗಳಿಗೆ ತಪ್ಪಿದ್ದ ಫ್ರೆಂಚ್ ಪರಿಸರ!
- ❖ ಸಾವಧಿಯ ಅಧುಗೆ ಹಾಗೂ ಅತ್ಯಾಕರಣ ತೋಡಿಯ ಕ್ಷಮಿಯ ಸುವರ್ಚಾರ್ಚೆ!
- ❖ ಸೌರಕ್ಯದ್ವಾರ ಪರಿಸರವಾದ ಬಿಳಿಕೆಯ ವಿಧಿವಿಧಾನ!
- ❖ ನೀರಿನ ಪ್ರದೀಪಕರಣ ಫಾರ್ಮಕದ ಮೂಲಕ ಹನಿ ನೀರಾವರಿಯಂದ ಸ್ವಾಕಾಶಿಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಪರ!
- ❖ ಕಂಜೊಂಗ ಪರಿಸರ ಸ್ವೀಕೃತ ಪರಮೋತ್ತಮ ಸಂಶೋಧನೆ!



## ಪರಿಸರಸ್ವೇಳಿ, ಪಂಚತಾರಾ ಶೈಯಾಂಕ (SHRF) ಕ್ಷಾಂತಿ

- ❖ ಪಟ್ಟ ಹರಿನ ವಿಶಾಲವಾದ ಪ್ರಿಫರ್ಮೆಂಟ್ ಸ್ವಾಕಾಶಿಯನ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್ ಪಾರ್ಕ ಪರಿಸರ!
- ❖ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹಿತೆಯ ಜಲ ಹಿತೆ, ಸೂರ್ಯ ಸೂರ್ಯ, ಸಾತ್ವಿಕ ಆರ್ಥ ಹಿತೆ, ಮಾಲೀಂಬಹಿತೆ, ಸೋನಾ ಹಿತೆ, ಸ್ವೀಕಾರ ಹಿತೆ... ಗಳ ಸಂಪರ್ಕ!
- ❖ ಫ್ರೆಂಚ್ ಸುಂದರ, ವಿಶಾಲವಾದ ಯೋಗ ಹಾಲ್!
- ❖ ವಿನಾಯಕ 'NATURE WALK' ನ ರಾಜಾನ್ಯಾಸ!
- ❖ ಪ್ರತಿದಿನ ಹಾಗಿ 'NATURE MEDITATION' ನ ವಿನಾಯಕ ನಿತ್ಯಾಂಧಾರ!
- ❖ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ ಹಾಗಿ 'NATURE SOUND THERAPY' ಯ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಅನ್ಯಾಸ!
- ❖ ಪಟ್ಟ ಹರಿನ ಮಧ್ಯ ಪ್ರತ್ಯೇತಿಯ ಮಹಿಲ್ಲರಿ, ಸಾವಧಿಯ ಕ್ಷಮಿಯ ಸುವರ್ಚಾರ್ಚೆ!
- ❖ ವಿಶೇಷ 'OPEN SKY MEDITATION' ನ ವಿನಾಯಕ ರೋಮಾಂಜನ!
- ❖ FULL MOON DAY SPECIAL ನಿವಂದಿ ವಿಶ್ವ ವಿಶ್ವಾಸಿಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಹಿತುಗಳಿಗೆ!
- ❖ ವಿಶಾಲವಾದ ಗರಿಕೆ ಹುಲ್ಲಿನ ರಮ್ಮೆ ಪರಿಸರ ಹಾಸನ ಸೋಬಾಗಿ!
- ❖ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮಹಿಲ್ಲರಿ ಪರಂಪರೆಯ ಏಡಾಗುವ ಸುವರ್ಚಾರ್ಚೆ!
- ❖ ಯಥೋಚ್ಚಾದ ಪರಿಷದ್ದ ಗಾಳಿ, ನೀರು, ಬೆಳಕಾಗ್ಲಿ ತ್ರೀಪೇರಿ ಸಂಂಗಮ!
- ❖ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಸೇಬಿನ ಮಧ್ಯ ಆರ್ಥಿಕ್ಯಾಫಿಲಾಫಿಲ ಸಲಹಾ ಸಂಪ್ರದ್ಯ ಕೆಂಪ್ರೆ
- ❖ ಉಲ್ಲ ಬೀಳಿನ ಮಧ್ಯಯೂ ಉಳಿಂಗಿದ ತಂಡ ಹಾತಾವರಣದ ಬಿಂಬಿ!
- ❖ ಖರಾರದ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ 'ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಿಸರ ಸ್ವೀಕೃತ ಹಿತೆ' ಕೆಂಪ್ರೆ
- ❖ ಒಂಬ ಹೆಗ್ಲಿಗೆ ಸತ್ಯಾತ್ಮ

**Dr. Viveka Udupa. A**  
BNYS, MD (Yoga & Rehabilitation)  
MD, CEO, SHRF



SHRF Yoga Bana, Moodu Giliyaru, Kota Post,  
Udupi District, Karnataka-576221

**7829989611, 7829989612**

[www.shrfyoga.com](http://www.shrfyoga.com), [shrfyoga@gmail.com](mailto:shrfyoga@gmail.com)