

राष्ट्रीय सहारा

कानपुर • शनिवार • 22 जून • 2024

‘योग से मिलते हैं चमत्कारिक परिणाम’

सीएसए में शुभारंभ से मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

कानपुर (एसएनपी)। 10वाँ अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चेन्नई सरकार आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विनोदविद्यालय द्वारा राष्ट्रीयक योगशिविर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। अध्यक्षता कल्पदीप डॉ. आनंद कुमार सिंह द्वारा की गई। उन्होंने कहा कि योगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है, जिसके लिए सलाह प्रदान करने की जरूरत है। संतुलित एवं कारगर जीवन के लिए शरीर पर नियंत्रित एवं केंद्रित दुर्घटकों पर ध्यान देना है। आसन एवं प्राणायाम इसमें महत्वपूर्ण होते हैं। उन्होंने योग को बड़े पैमाने पर प्रकृति काया लक्ष्य कहा कि योग से चमत्कारिक परिणाम मिलते हैं।

डॉ. सिंह द्वारा बताया गया कि इस वर्ष योग दिवस की थीम ‘सर्व और समाज के लिए योग’ एक विशेष मौल्य का प्रसार है। कार्यक्रम में बरिष्ठ योग शिक्षक प्रमोद शंकर भार्गव द्वारा दंडासन, उष्टासन, लघासन, कठसन के विषय में तथा योगशर्मा डॉ.



सीएसए में योग करने की महिलाएं, छात्राएं व बच्चे।

फोटो: एनएसपी

अशिल आनंदम द्वारा अर्ध चंद्रासन, गोमुखा आसन व भुजंग आसन के विषय में विस्तार से बताया गया।

कार्यक्रम के आयोजक अधिकृत छात्र कल्याण डॉ. सुरेश कुमार द्वारा अपने स्वगत संबोधन किया। कार्यक्रम में कुलसचिव डॉ. पीके उदयशंकर, अधिकृत कृषि डॉ. सोहन मौर्य, निदेशक बीज एवं प्रवेश डॉ. विजय चंद्र, निदेशक प्रसार डॉ.

अरुण चंद्र, प्रभारी महिला विभाग डॉ. अरुण सिंह, प्रख्यात डॉ. कौशल कुमार, डॉ. मंजीव शर्मा आदि ने सहभागिता की। कार्यक्रम का संचालन डॉ. राजीव, यह अधिकृत छात्र कल्याण द्वारा किया गया। कार्यक्रम में संकाय सदस्यों, वैद्यकीय, शिक्षकों, संघीय कर्मियों के साथ-साथ लगभग 1100 से अधिक छात्र-छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया।

1/12⁰
अधिकतम31.2⁰
न्यूनतम
[www.twitter.com/
worldkhabarexpress](https://www.twitter.com/worldkhabarexpress)
[www.facebook.com/
worldkhabarexpress](https://www.facebook.com/worldkhabarexpress)
[www.youtube.com/
worldkhabarexpress](https://www.youtube.com/worldkhabarexpress)

WORLD

खबरें एक्सप्रेस

पेज 12

संघर्ष के दिन बताते
हूए रो पड़े ताहा शाह

www.worldkhabarexpress.media

www.worldkhabarexpress.com

Daily Evening E-Paper

रुकवार, 21 जून, 2024, अंक : 303

10 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस, योगमय हुआ सीएसए



कानपुर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय द्वारा सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ० आनंद कुमार सिंह द्वारा की गई। कुलपति द्वारा अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा गया कि यौगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है जिसके लिए सतत प्रयास करने की जरूरत है। संतुलित एवं व्यवस्थित जीवन के लिए शरीर पर समुचित एवं केंद्रित दृष्टिकोण अपनाया पड़ता है, आसन एवं प्राणायाम इसमें सहायक होते हैं। उन्होंने योग को बड़ी पावरफुल प्रक्रिया बताया तथा कहा कि योग से चमत्कारिक परिणाम मिलते हैं। डा. सिंह द्वारा बताया गया कि इस वर्ष योग दिवस की थीम स्वयं और समाज के लिए योग एक

विशेष मील का पत्थर है। उन्होंने कहा कि योग मूलतः भारत की पद्धति है जिसको वैश्विक स्तर पर अपनाया जा रहा है जिसमें देश के मा.प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी का अमिट योगदान है। उन्होंने बताया कि आजकल योग पर आधारित लोकप्रिय पाठ्यक्रम भी तैयार हो रहे हैं जिनको अपनाकर जीवन की भौतिक एवं आध्यात्मिक उन्नति की जा सकती है। कार्यक्रम में वरिष्ठ योग शिक्षक मदन मोहन भरतिया द्वारा दंडासन, उष्ट्रासन, शवासन, वज्रासन के विषय में तथा योगाचार्य डॉ० अनिल आनंदम द्वारा अर्ध चंद्रासन, गोमुख आसन व भुजंग आसन के विषय में विस्तार से बताया। कार्यक्रम में के आयोजक अधिष्ठाता छात्र कल्याण डॉ० मुनीश कुमार द्वारा अपने स्वागत संबोधन में कहा गया कि योग निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक है

इसलिए छात्र छात्राओं को दृढ़ संकल्प के साथ लक्ष्य निर्धारित करते हुए योग को अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल करने की आवश्यकता है।

कार्यक्रम में कुलसचिव डॉ० पी०के० उपाध्याय, अधिष्ठाता कृषि डॉ० सी० एल० मौर्य, निदेशक बीज एवं प्रक्षेत्र डॉ० विजय यादव, निदेशक प्रसार डॉ० आर० के० यादव, प्रभारी सब्जी विभाग डॉ० आर०बी० सिंह, प्राध्यापक डॉ० कौशल कुमार, डॉ० संजीव शर्मा आदि ने सहभागिता की।

कार्यक्रम का संचालन डॉ० राजीव, सह अधिष्ठाता छात्र कल्याण द्वारा किया गया। कार्यक्रम में संकाय सदस्यों, वैज्ञानिकों, शिक्षकों, संभ्रांत नागरिकों के साथ-साथ लगभग 1100 से अधिक छात्र-छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया।



बिना योग कैसे रहेंगे निरोग, पूर्व ब्लॉक प्रमुख

कानपुर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर जनपद के बिधनु विकास खंड के पूर्व ब्लॉक प्रमुख भाजपा नेता रमेश सिंह यादव ने योग दिवस के अवसर पर न्योरी स्थित फॉर्म हॉउस में योग करते हुए आम जनमानस से आग्रह किया कि योग को अपने जीवन का हिस्सा बनाएं और नियमित योग करते हुए अपने शरीर को स्वास्थ्य एवं ऊर्जावान बनाएं।



लखनऊ

वर्ष: 15 | अंक: 248

मूल्य: ₹ 3.00/-

पेज : 12

शनिवार | 22 जून, 2024

जन एक्सप्रेस

@janexpressnews

janexpresslive

janexpresslive

www.janexpresslive.com/epaper

बाकरगंज मंदिर में विराजमान महावीर के संकट हरने कब आएं प्रभु श्री राम

यौगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है: कुलपति

जन एक्सप्रेस | कानपुर नगर

10वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय द्वारा शुक्रवार को सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. आनंद कुमार सिंह द्वारा की गई। इस अवसर पर कुलपति ने कहा कि यौगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है जिसके लिए सतत प्रयास करने की जरूरत है। संतुलित एवं व्यवस्थित जीवन के लिए शरीर पर समुचित एवं केंद्रित दृष्टिकोण अपनाना पड़ता है, आसन एवं प्राणायाम इसमें सहायक होते हैं। उन्होंने योग को बड़ी पावरफुल प्रक्रिया बताते हुये कहा कि योग से



चमत्कारिक परिणाम मिलते हैं। डॉ. सिंह ने बताया कि इस वर्ष योग दिवस की थीम 'स्वयं और समाज के लिए योग' एक विशेष मील का पत्थर है। उन्होंने कहा कि योग मूलतः भारत की पद्धति है जिसको वैश्विक स्तर पर अपनाया जा रहा है जिसमें देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी का अमिट योगदान है। उन्होंने बताया कि आजकल योग पर आधारित लोकप्रिय

पाठ्यक्रम भी तैयार हो रहे हैं जिनको अपनाकर जीवन की भौतिक एवं आध्यात्मिक उन्नति की जा सकती है। कार्यक्रम में वरिष्ठ योग शिक्षक मदन मोहन भरतिया द्वारा दंडासन, उष्ट्रासन, शवासन, वज्रासन के विषय में तथा योगाचार्य डॉ. अनिल आनंदम द्वारा अर्ध चंद्रासन, गोमुख आसन व भुजंग आसन के विषय में बताया गया।



धूमधाम से मनाया गया 10वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस, योगमय हुआ सीएसए



शहर दायरा न्यूज़

कानपुर। 10वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय द्वारा सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसकी अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ० आनंद कुमार सिंह द्वारा की गई कुलपति द्वारा अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा गया कि यौगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है जिसके लिए सतत प्रयास करने की जरूरत है संतुलित एवं व्यवस्थित जीवन के लिए शरीर पर समुचित एवं केंद्रित दृष्टिकोण अपनाना पड़ता है, आसन एवं प्राणायाम इसमें सहायक होते हैं उन्होंने योग को बड़ी पावरफुल प्रक्रिया बताया तथा कहा कि योग से चमत्कारिक परिणाम मिलते हैं डा. सिंह द्वारा बताया गया कि इस वर्ष योग दिवस की थीम स्वयं और समाज के लिए योग एक विशेष मील का पत्थर है उन्होंने कहा कि योग मूलतः भारत की पद्धति है जिसको वैश्विक स्तर पर अपनाया जा रहा है जिसमें देश के मा.प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का अमिट योगदान है उन्होंने बताया कि आजकल योग पर आधारित लोकप्रिय पाठ्यक्रम भी तैयार हो रहे हैं जिनको अपनाकर जीवन की भौतिक एवं

आध्यात्मिक उन्नति की जा सकती है कार्यक्रम में वरिष्ठ योग शिक्षक मदन मोहन भरतिया द्वारा दंडासन, उष्टासन, शवासन, वज्रासन के विषय में तथा योगाचार्य डॉ० अनिल आनंदम द्वारा अर्ध चंद्रासन, गोमुख आसन व भुजंग आसन के विषय में विस्तार से बताया कार्यक्रम में के आयोजक अधिष्ठाता छात्र कल्याण डॉ० मुनीश कुमार द्वारा अपने स्वागत संबोधन में कहा गया कि योग निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक है इसलिए छात्र छात्राओं को दृढ़ संकल्प के साथ लक्ष्य निर्धारित करते हुए योग को अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल करने की आवश्यकता है कार्यक्रम में कुलसचिव डॉ० पीके उपाध्याय, अधिष्ठाता कृषि डॉ० सीएल मौर्य निदेशक बीज एवं प्रक्षेत्र डॉ० विजय यादव, निदेशक प्रसार डॉ० आरके यादव, प्रभारी सब्जी विभाग डॉ० आरबी सिंह, प्राध्यापक डॉ० कौशल कुमार, डॉ० संजीव शर्मा आदि ने सहभागिता की कार्यक्रम का संचालन डॉ० राजीव, सह अधिष्ठाता छात्र कल्याण द्वारा किया गया कार्यक्रम में संकाय सदस्यों, वैज्ञानिकों, शिक्षकों, सभ्रांत नागरिकों के साथ-साथ लगभग 1100 से अधिक छात्र-छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया।

निक

आज का कानपुर

काशित लखनऊ, उन्नाव, सीतापुर, लखीमपुर खीरी, हमीरपुर, मीरजापुर, फतेहपुर, प्रयागराज, इटावा, कन्नौज, गाजीपुर, कानपुर देहात, सुल्तानपुर, अमेठी, बहराइच में प्रसारित

धूमधाम से मनाया गया 10वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस, योगमय हुआ सीएसए

आज का कानपुर

कानपुर । 10वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय द्वारा सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ० आनंद कुमार सिंह द्वारा की गई। कुलपति द्वारा अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा गया कि यौगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है जिसके लिए सतत प्रयास करने की जरूरत है। संतुलित एवं व्यवस्थित जीवन के लिए शरीर पर समुचित एवं केंद्रित दृष्टिकोण अपनाना पड़ता है, आसन एवं प्राणायाम इसमें सहायक होते हैं। उन्होंने योग को बड़ी पावरफुल प्रक्रिया बताया तथा कहा कि योग से चमत्कारिक परिणाम मिलते हैं। डॉ० सिंह द्वारा बताया गया कि इस वर्ष योग दिवस की थीम स्वयं और समाज के



लिए योग एक विशेष मील का पत्थर है। उन्होंने कहा कि योग मूलतः भारत की पद्धति है जिसको वैश्विक स्तर पर अपनाया जा रहा है जिसमें देश के मा.प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी का अमिट योगदान है। उन्होंने बताया कि आजकल योग पर आधारित लोकप्रिय पाठ्यक्रम भी तैयार हो रहे हैं जिनको अपनाकर जीवन की भौतिक एवं आध्यात्मिक उन्नति की जा सकती

है। कार्यक्रम में वरिष्ठ योग शिक्षक मदन मोहन भरतिया द्वारा दंडासन, उष्ट्रासन, शवासन, वज्रासन के विषय में तथा योगाचार्य डॉ० अनिल आनंदम द्वारा अर्ध चंद्रासन, गोमुख आसन व भुजंग आसन के विषय में विस्तार से बताया कार्यक्रम में के आयोजक अधिष्ठाता छात्र कल्याण डॉ० मुनीश कुमार द्वारा अपने स्वागत संबोधन में कहा गया कि योग

निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक है इसलिए छात्र छात्राओं को दृढ़ संकल्प के साथ लक्ष्य निर्धारित करते हुए योग को अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल करने की आवश्यकता है। कार्यक्रम में कुलसचिव डॉ० पी०के० उपाध्याय, अधिष्ठाता कृषि डॉ० सी० एल० मौर्य, निदेशक बीज एवं प्रक्षेत्र डॉ० विजय यादव, निदेशक प्रसार डॉ० आर० के० यादव, प्रभारी सब्जी विभाग डॉ० आर०बी० सिंह, प्राध्यापक डॉ० कौशल कुमार, डॉ० संजीव शर्मा आदि ने सहभागिता की कार्यक्रम का संचालन डॉ० राजीव, सह अधिष्ठाता छात्र कल्याण द्वारा किया गया कार्यक्रम में संकाय सदस्यों, वैज्ञानिकों, शिक्षकों, संभ्रांत नागरिकों के साथ-साथ लगभग 1100 से अधिक छात्र-छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया।

योग दिवस
आफ मैने

दैनिक जागरण 22/06/2024

कार्यक्रम

शिक्षण संस्थानों में लगा योग मेला

जासं, कानपुर : अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालयों और शिक्षण संस्थानों में विशेष योग कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। छत्रपति शाहू जी महाराज विश्वविद्यालय में आयोजित सामान्य योगाभ्यास कार्यक्रम का उद्घाटन कुलपति प्रो. विनय कुमार पाठक, डा. एस. प्रसाद, आइएमए पूर्व अध्यक्ष डा. अल्का शर्मा, डा वन्दना पाठक ने किया। जागरण कालेज आफ आर्ट्स साइंस एंड कामर्स की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के स्वयं

सेवको ने कालेज व जूही कलां स्थित बस्ती के बच्चों के बीच योग आसनों का प्रदर्शन कर लोगों को इसके लाभ बताए। मुख्य अतिथि व राजर्षि टंडन ओपन यूनिवर्सिटी प्रयागराज की क्षेत्रीय समन्वयक रेखा, योगाचार्य गौरव शर्मा, प्राचार्य डा अस्मिता दुबे, डा. उपेंद्र चंद्रशेखर आजाद, कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय में सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम की अध्यक्षता कुलपति डा. आनंद कुमार सिंह ने की। एचबीटीयू,

राष्ट्रीय शर्करा संस्थान, एबीवीपी पश्चिम जिला, यूपी किराना सेवा समिति, केंद्रीय विद्यालय क्रमांक वन चक्रेरी, द स्पोर्ट्स हब, केशव नगर स्थित केशव मधुवन वाटिका, भाजपा नेताओं ने अलग-अलग स्थानों पर योग किया। बार एसोसिएशन सभागार में अधिवक्ताओं ने योग किया। कानपुर हवाई अड्डा परिसर में सामूहिक योगाभ्यास किया गया। कानपुर उद्योग व्यापार मंडल के पदाधिकारियों ने फजलगंज में योग किया।

राष्ट्रीय स्वरूप

धूमधाम से मनाया गया 10वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

कानपुर । 10वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय द्वारा सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ० आनंद कुमार सिंह द्वारा की गई। कुलपति द्वारा अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा गया कि यौगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है जिसके लिए सतत प्रयास करने की जरूरत है। संतुलित एवं व्यवस्थित जीवन के लिए शरीर पर समुचित एवं केंद्रित दृष्टिकोण अपनाना पड़ता है, आसन एवं प्राणायाम इसमें सहायक होते हैं। उन्होंने योग को बड़ी पावरफुल प्रक्रिया बताया तथा कहा कि योग से चमत्कारिक परिणाम मिलते हैं। डॉ. सिंह द्वारा बताया गया कि इस वर्ष योग दिवस की थीम स्वस्थ और समाज के लिए योग एक विशेष मील का पत्थर है। उन्होंने कहा कि योग मूलतः भारत की पद्धति है



जिसको वैश्विक स्तर पर अपनाया जा रहा है जिसमें देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का अमिट योगदान है। उन्होंने बताया कि आजकल योग पर आधारित लोकप्रिय पाठ्यक्रम भी तैयार हो रहे हैं जिनको अपनाकर जीवन की भौतिक एवं आध्यात्मिक उन्नति की जा सकती है। कार्यक्रम में वरिष्ठ योग शिक्षक मदन मोहन भरतिया द्वारा दंडासन, उष्टासन, शवासन, वज्रासन के विषय में तथा योगाचार्य डॉ० अनिल आनंदम द्वारा अर्ध चंद्रासन, गोमुख आसन व भुजंग आसन के विषय में विस्तार से बताया कार्यक्रम में के आयोजक अधिष्ठाता छात्र कल्याण डॉ० मुनीश कुमार द्वारा अपने स्वागत संबोधन में कहा गया कि योग निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक है इसलिए छात्र छात्राओं को दृढ़ संकल्प के साथ लक्ष्य निर्धारित करते हुए योग को अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल करने की आवश्यकता है। कार्यक्रम में कुलसचिव डॉ० पी०के० उपाध्याय, अधिष्ठाता कृषि डॉ० सी० एल० मौर्य, निदेशक बीज एवं प्रक्षेत्र डॉ० विजय यादव, निदेशक प्रसार डॉ० आर० के० यादव, प्रभारी सब्जी विभाग डॉ० आर०बी० सिंह, प्राध्यापक डॉ० कौशल कुमार, डॉ० संजीव शर्मा आदि ने सहभागिता की कार्यक्रम का संचालन डॉ० राजीव, सह अधिष्ठाता छात्र कल्याण द्वारा किया गया कार्यक्रम में संकाय सदस्यों, वैज्ञानिकों, शिक्षकों, संभ्रांत नागरिकों के साथ-साथ लगभग 1100 से अधिक छात्र-छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया।



धूमधाम से मनाया गया 10वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस, योगमय हुआ सीएसए

कानपुर (नगर छाया समाचार)। 10वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय द्वारा सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ० आनंद कुमार सिंह द्वारा की गई। कुलपति द्वारा अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा गया कि यौगिक जीवन शैली का प्रमुख अंग शारीरिक स्वास्थ्य है जिसके लिए सतत प्रयास करने की जरूरत है। संतुलित एवं व्यवस्थित जीवन के लिए शरीर पर समुचित एवं केंद्रित दृष्टिकोण अपनाना पड़ता है, आसन एवं प्राणायाम इसमें सहायक होते हैं। उन्होंने योग की बड़ी पावरफुल प्रक्रिया बताया तथा कहा कि योग से चमत्कारिक परिणाम मिलते हैं। डा. सिंह द्वारा बताया गया कि इस वर्ष योग दिवस की थीम स्वयं और समाज के लिए योग एक विशेष मील का पत्थर है। उन्होंने कहा कि योग मूलतः भारत की पद्धति है जिसको वैश्विक स्तर पर अपनाया जा रहा है जिसमें देश के मा.प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी का अमिट योगदान है। उन्होंने बताया कि आजकल योग पर आधारित लोकप्रिय पाठ्यक्रम भी तैयार हो रहे हैं जिनको अपनाकर जीवन की भौतिक एवं आध्यात्मिक उन्नति की जा सकती है। कार्यक्रम में वरिष्ठ योग शिक्षक मदन मोहन भरतिया द्वारा दंडासन, उष्ट्रसन, शवासन, वज्रासन के विषय में तथा योगाचार्य डॉ० अनिल आनंदम द्वारा अर्ध चंद्रासन, गोमुख आसन व भुजंग आसन के विषय में विस्तार से बताया। कार्यक्रम में के आयोजक अधिष्ठाता छत्र कल्याण डॉ० मुनीश कुमार द्वारा अपने स्वागत संबोधन में कहा गया कि योग निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक है इसलिए छत्र छात्राओं को दृढ़ संकल्प के साथ लक्ष्य निर्धारित करते हुए योग को अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल करने की आवश्यकता है। कार्यक्रम में कुलसचिव डॉ० पी०के० उपाध्याय, अधिष्ठाता कृषि डॉ० सी० एल० मौर्य, निदेशक बीज एवं प्रक्षेत्र डॉ० विजय यादव, निदेशक प्रसार डॉ० आर० के० यादव, प्रभारी सब्जी विभाग डॉ० आर०बी० सिंह, प्राध्यापक डॉ० कौशल कुमार, डॉ० संजीव शर्मा आदि ने सहभागिता की। कार्यक्रम का संचालन डॉ० राजीव, सह अधिष्ठाता छत्र कल्याण द्वारा किया गया। कार्यक्रम में संकाय सदस्यों, वैज्ञानिकों, शिक्षकों, संभ्रांत नागरिकों के साथ-साथ लगभग 1100 से अधिक छात्र-छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया।

अधि
हिंदुस्तान 22/06/2024

दंडासन और उष्ट्रासन के बारे में बताया

कानपुर। सीएसए में आयोजित योग कार्यक्रम का शुभारंभ कुलपति डॉ. आनंद कुमार सिंह ने किया। योग शिक्षक मदन मोहन भरतिया ने दंडासन, उष्ट्रासन, शवासन, वज्रासन और डॉ. अनिल आनंदम ने आसन के बारे में जानकारी दी। यहां डॉ. पीके उपाध्याय, डॉ. सीएल मौर्य, डॉ. मुनीष कुमार, डॉ. आरबी सिंह, डॉ. विजय यादव आदि मौजूद रहे।

रुहेलखंड विश्वविद्यालय बरेली रहा। लखनऊ, राजभवन में आयोजित कार्यक्रम में

प्रशास्तपत्र लिया। इस माक पर जे समय कपूर, अजय

अमर उजाला 22/06/2024

द स्पोर्ट्स हब

योगाभ्यास

सीएसजेएमयू, एचबीटीयू, सीएसए और जय नारायण विद्या मंदिर इंटर कॉलेज में हुए आयोजन

शिक्षण संस्थानों में योग कर निरोग रहने का लिया संकल्प

माई सिटी रिपोर्टर

कानपुर। शिक्षण संस्थानों में आयोजित कार्यक्रमों में लोगों ने योग कर निरोग रहने का संकल्प लिया। छत्रपति शाहूजी महाराज विवि में योगाभ्यास कार्यक्रम का उद्घाटन सीएसजेएमयू एलुमनाई एसोसिएशन के अध्यक्ष कुलपति प्रो. विनय कुमार पाठक व मुख्य अतिथि डॉ. एस प्रसाद ने किया।

यहां इस्कॉन के श्याम रसिक प्रभु, अंकुर प्रभु और फिजिक्स वाला के बिजनेस हेड आकाश, डॉ. अल्का शर्मा, पूर्व अध्यक्ष, डॉ. वंदना पाठक, प्रति कुलपति प्रो. सुधीर कुमार अवस्थी, छात्र कल्याण अधिष्ठाता प्रो. नीरज कुमार सिंह, कुलसचिव डॉ. अनिल कुमार यादव ने किया। यहां लोगों ने सूक्ष्मव्यायाम, वृक्षासन, भद्रासन, मांडूकासन, भुजंगासन, सेतुबंधासन आदि का अभ्यास किया।

जय नारायण विद्या मंदिर इंटर कॉलेज में रोटरी क्लब कानपुर एवं आरोग्य भारती कानपुर के संयुक्त तत्वाधान में योग शिविर



सीएसए में योगाभ्यास करते लोग।

लगा। इसका शुभारंभ विद्यालय के प्रधानाचार्य डॉ. संतराम द्विवेदी ने किया। योग प्रशिक्षिका नमिता ने योगाभ्यास कराया। यहां रोटरी क्लब के चार्टर अध्यक्ष डॉ. भक्ति शर्मा, अध्यक्ष राजीव कटियार, डॉ. बीए. आचार्य उपस्थित रहे।

एचबीटीयू में विवि छात्र क्रिया परिषद की ओर से योगाचार्य डॉ. रावद पोरवाल ने योगाभ्यास कराया। यहां डीएसडब्ल्यू प्रो. अलख सिंह, क्रीडा अधिकारी डॉ. विकास यादव, डॉ. शिवम

श्रीवास्तव, प्रो. वंदना, प्रो. अर्चना, प्रोफेसर प्रवीण शर्मा व उपस्थित रहे।

सीएसए में योग साधना केंद्र के संचालक राधिका भर्तिया व योग गुरु मदन मोहन भर्तिया ने योग का महत्व बताया। योग गुरु विजय शर्मा व कमलेश ने आसन कराए। यहां सेल्स टैक्स बार एसोसिएशन व लायंस क्लब कानपुर गैजेट के सदस्यों ने योग किया। मौके पर सुनील शुक्ला, सिद्धेश्वर चौरसिया, अनिल कक्कड़, सुरेश अग्रवाल, कविता अवस्थी, कृष्णा भट्टाचार्य, विमल आदि मौजूद रहे।



पीएसआईटी कैंपस में योग शिक्षक लेफ्टिनेंट दीपक अवस्थी ने शिक्षकों, अधिकारियों और छात्रों को योग कराया। यहां एडिशनल निदेशक डॉ. मनमोहन शुक्ला, डीन रिसर्च इन्वेंशन डॉ. वृजेश कुमार चौरसिया, डीन डॉ. एपीएस भदौरिया सहित अन्य ने योगाभ्यास किया।



एमडी भारतीय इंटर कॉलेज पनकी में प्रधानाचार्या डॉ. रश्मि सिंह ने बच्चों को योग करने के लिए जागरूक किया। यहां प्रखर मिश्रा, प्रेमचंद, शिवांग, सूरज, पूनम, प्रतिज्ञा मौजूद रहे।

