

# एसआरएम द्वारा योगा फॉर वेल बीइंग विषय पर कार्यक्रम आयोजित

## बुलन्द संदेश ब्यूरो

मोदीनगर (अनवर खान)। एसआरएम आईएसटी एनसीआर कंपस द्वारा इंटरनेशनल योग दिवस पर योग के प्रति जागरूकता बढ़ाने और योग का महत्व समझाने के लिए वर्चुअल कांफ्रेंस का आयोजन योगा फॉर वेल बीइंग जून 2021 की थीम के साथ किया गया।

कार्यक्रम की शुभारम्भ संस्थान के डिप्टी रजिस्ट्रार डॉ एस विश्वनाथन ने पीएम नरेंद्र मोदी के अथक प्रयास स्वरूप संयुक्त राष्ट्र द्वारा 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस घोषित किए जाने के बारे में विस्तार से बताते हुए कहा कि योग एक पूर्ण उपचार है और शरीर को निरोग रखने में योग का महत्वपूर्ण योगदान है। योग रखे



निरोग का संदेश आज पूरी दुनिया जानती है और ये भारत ने ही पूरी दुनिया को बताया है। संस्थान के डीन डॉ डीके शर्मा ने योगा फॉर वेल

बीइंग नामक विषय पर अपने विचार व्यक्त किए। संस्थान के डीन एडमिशन डॉ आरपी महापात्रा ने योग के माध्यम से स्वास्थ्य एवं मन

मिस सोनिया पाल ने विभिन्न योगिक क्रियाओं के बारे में विस्तार से बताया। कार्यक्रम का संचालन डॉ आभा ने किया।

को शुद्ध रखने के महत्व पर प्रकाश डाला। डीन कंपस लाइफ डॉ नवीन अहलावत ने सेलिब्रैटिंग द स्पिरिट ऑफ योगा नामक विषय पर बताते हुए कहा कि पुराने समय में ऋषि मुनि योग के माध्यम से ही खुद को निरोग रखते थे। डीन मैनेजमेंट स्टडीज डॉ एनएम मिश्रा ने प्रैक्टिस ऑफ योगा प्राणायाम और सूर्य नमस्कार को विभिन्न मुद्राओं के माध्यम से समझाया और अपने विचार व्यक्त किए। एसआरएम की योगा इंस्ट्रक्टर

बु  
गा  
श्री  
सा  
उत्  
अ  
बा  
आ  
लि  
आ  
आ  
आ

## एसआरएम आईएसटी एनसीआर केंपस में इंटरनेशनल योग दिवस पर वर्चुअल कांफ्रेंस का आयोजन

मोदीनगर। योग के प्रति जागरूकता बढ़ाने और योग का महत्व समझाने के लिए एसआरएम आईएसटी एनसीआर केंपस में इंटरनेशनल योग दिवस पर वर्चुअल कांफ्रेंस का आयोजन योगा फॉर वेल बीइंग जून 2021 की थीम के साथ किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत संस्थान के डिप्टी रजिस्ट्रार डॉ एस विश्वनाथन ने भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के अथक प्रयास स्वरूप संयुक्त राष्ट्र द्वारा 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस घोषित किए जाने



के बारे में विस्तार से बताया तथा कहा की योग एक पूर्ण उपचार है और शरीर को निरोग रखने में योग का महत्वपूर्ण योगदान है। योग रखे निरोग का संदेश आज पूरी दुनिया जानती है और ये भारत ने ही पूरी दुनिया को बताया है। संस्थान के डीन डॉ डीके शर्मा ने योगा फॉर वेल बीइंग नामक विषय पर अपने विचार व्यक्त किए। संस्थान के डीन एडमिशन डॉक्टर आरपी महापात्रा ने योग के माध्यम से स्वास्थ्य एवं मन को शुद्ध रखने के महत्व पर प्रकाश डाला। डीन केंपस लाइफ डॉक्टर नवीन अहलावत ने सेलिब्रेटिंग द सिप्रिट ऑफ योगा नामक विषय पर प्रकाश डाला और बताया कि पुराने समय में ऋषि मुनि योग के माध्यम से ही खुद को निरोग रखते थे। डीन मैनेजमेंट स्टडीज डॉ एनएम मिश्रा ने प्रैक्टिस ऑफ योगा प्राणायाम और सूर्य नमस्कार पर विभिन्न मुद्राओं के माध्यम से समझाया और अपने विचार व्यक्त किए। एसआरएम की योगा इंस्ट्रक्टर सोनिया पाल ने विभिन्न योगिक क्रियाओं के बारे में विस्तार से बताया। कार्यक्रम का संचालन डॉ आभा ने किया।