



# राष्ट्रीय सेवा योजना



एच.डी. जैन कॉलेज, आरा

NAAC Accredited Grade B+

www.hdjaincollege.org E-mail : hdjaincollege@gmail.com

Mob: 9958267365

Date: - 21-06-2023

Name of Program: Antar Rashtriya Yog Diwas

Organised By: - National Service Scheme, H. D. Jain College, Ara, Bihar

Press- Release

हिन्दुस्तान, 22 जून 2023

## शैक्षणिक संस्थानों में किया गया योगाभ्यास

योग दिवस विवि, कॉलेज, विद्यालय सहित अन्य संस्थानों में मनाया गया। वीर कुंवर सिंह विवि में एनएसएस इकाई की ओर से आयोजित कार्यक्रम में प्रोवीसी प्रो सीएस चौधरी, समन्वयक डॉ विकास चंद्रा, डॉ प्रसुंजय कुमार सिन्हा सहित काफी संख्या में शिक्षक, विद्यार्थी मौजूद रहे। प्रशिक्षक के रूप में स्वामी विक्रमादित्य सिंह ने सभी को विभिन्न योग आसनों जैसे ताड़ासन, भुजंगासन, हलासन, शवासन,

अनुलोम-विलोम, कपालभाति, भ्रामरी, बटरफ्लाई आदि का अभ्यास कराया। कार्यक्रम में डॉ शिव प्रकाश राय, डॉ अवध बिहारी सिंह, डॉ नरेंद्र पालित, डॉ विजय कुमार सिंह, डॉ संजय चौबे आदि मौजूद थे। इधर, तारकेश्वर नारायण अग्रवाल कॉलेज ऑफ एजुकेशन हरि गांव में योगासन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। सचिव डॉ कृष्ण मुरारी अग्रवाल, प्राचार्य डॉ राहुल कुमार पांडेय ने कहा

कि योग मानव जीवन के लिए संजीवनी है। पीएम जेना, डॉ मनोज कुमार उपाध्याय, अजीत कुमार सिंह, नीरज तिवारी, चन्दन गुप्ता सहित अन्य मौजूद रहे। एसबी कॉलेज में भी प्राचार्य डॉ नवीन कुमार की मौजूदगी में योग शिविर लगा। डॉ पूनम, डॉ अरविंद सिंह, मीरा, रमेश कुमार, सुमीर सहित अन्य मौजूद थे। वहीं महाराजा कॉलेज में एनसीसी की ओर योग शिविर लगा। प्राचार्य डॉ आभा सिंह, एनसीसी के

डॉ सुशील कुमार सहित अन्य मौजूद थे। इधर, हर प्रसाद दास जैन प्लस टू स्कूल में योग शिविर आयोजित किया गया। इसमें एनसीसी के प्रशिक्षक संजय कुमार, अभिषेक कुमार एवं एनसीसी के डेट शामिल हुए। प्रभारी प्राचार्य डॉ शेखर प्रसाद सिंह, मनीष जैन एवं ज्ञानू सिन्हा उपस्थित रहे। इधर, एस टी एस भी इंटरनेशनल स्कूल संबपुर धनुषरा में योग दिवस का उद्घाटन विद्यालय के निदेशक मनोज कुमार सिंह ने किया।



# राष्ट्रीय सेवा योजना



एच.डी. जैन कॉलेज, आरा

NAAC Accredited Grade B+

[www.hdjaincollege.org](http://www.hdjaincollege.org) E-mail : [hdjaincollege@gmail.com](mailto:hdjaincollege@gmail.com)

Mob: 9958267365

## कार्यक्रम विवरण

Date : 21.06.2023

## अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

(21 जून 2023)

आज दिनांक 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर समन्वयक, राष्ट्रीय सेवा योजना द्वारा वीर कुँवर सिंह विश्वविद्यालय में एकदिवसीय योग प्रशिक्षण का कार्यक्रम बृहत् रूप से आयोजित किया गया, जिसमें एच.डी जैन कॉलेज के राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई दो के स्वयंसेवकों ने बड़ चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम पदाधिकारी डा. संजय कुमार चौबे के नेतृत्व में बहुत संख्या में कार्यक्रम में पहुंचकर छात्रों ने योग के महत्व को जाना तथा दैनिक जीवन में स्वस्थ रखने वाले आसनों को स्वामी विक्रमादित्य सिंह से सीखा। स्वामी जी ने ताड़ासन, भुजंगासन, हलासन, शवासन एवं प्राणायाम आदि सीखाने के साथ उसके महत्व भी बताया। एन.एस.एस. समन्वयक द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में अनेक इकाई के स्वयंसेवकों ने भाग लिया। कार्यक्रम का उद्घाटन प्रतिकुलपति प्रो.सी.एस चौधरी ने किया। मौके पर कला संकाय के संकायाध्यक्ष प्रो.श्री प्रकाश राय, पूर्व एन.एस.एस समन्वयक प्रो.प्रसूनजय सिन्हा, वर्तमान समन्वयक डा.विकास चन्द्रा, डा. नरेन्द्र पालित, डा. अवधबिहारी सिंह, डा. विजय सिंह आदि के साथ महविद्यालय के स्वयंसेवक अंकुश, पूर्णिमा कुमारी, रवि कुमार, विकास कुमार गुप्ता, अंशु, वर्षा, खुशी आदि उपस्थित रहे।