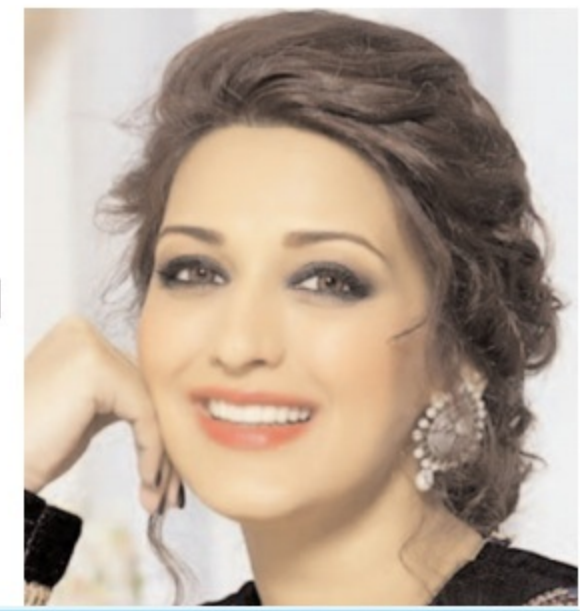


लोक भारती

हर खबर की तह तक



• लखनऊ-कानपुर से एक साथ प्रकाशित •

ई-पेपर के लिए लॉग इन करें
WWW.lokbhartimedia.com

लखनऊ संस्करण

• लखनऊ शनिवार, 22 जून, 2019 वर्ष-18, अंक-167 कुल पृष्ठ-12 मूल्य 2.00 रुपया •

गाजियाबाद/नोएडा

लोक भारती
लखनऊ, शनिवार, 22 जून, 2019 09

गाजियाबाद में रही अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस की धूम

सीबीएसई से जुड़े स्कूल के हजारों छात्रों ने किया योग

लोक भारती ब्यूरो

गाजियाबाद। महानगर में आज अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस धूमधाम से मनाया गया। जिले के तमाम अधिकारियों ने आज सीबीएसई के लगभग सौ विधालयों के हजारों छात्र छात्राओं के साथ विभिन्न आसनो का प्रदर्शन कर योग दिवस मनाया और लोगों को सेहत बंद रहने का योग के माध्यम से संदेश दिया।

कविनगर स्थित रामलीला मैदान में आज सुबह लगभग पांच बजे उत्तर प्रदेश के खादय एवं रसद राज्य मंत्री अतुल गर्ग ने अध्यात्मिक गुरु पवन सिन्हा के साथ संयुक्त रूप से दीप प्रज्वलित कर योग कार्यक्रम का उद्घाटन किया। इससे पूर्व संजय नगर सैक्टर 23 स्थित ग्रीन फील्ड स्कूल परिसर में आज सुबह लगभग पांच बजे

सीबीएसई से जुड़े जिले के स्कूली छात्रों ने सीबीएसई की संस्था सहोदया के तत्वावधान में योग के विभिन्न आसनो का क्लासिकल म्यूजिक की धुन पर योग के आसनो का प्रदर्शन किया। इस मौके पर रामकिशन इंस्टीट्यूट की प्रधानाचार्या डा0 मालती गर्ग और ग्रीन फील्ड स्कूल की प्रधानाचार्या रेनु गुप्ता मुख्य अतिथि के रूप में मौजूद थीं। बाद में कवि नगर स्थित रामलीला मैदान पर सीबीएसई से जुड़े संजय नगर सैक्टर 23 स्थित रामकिशन इंस्टीट्यूट व जिले के विभिन्न स्कूल के हजारों एनसीसी छात्रों ने योग आसनो का प्रदर्शन कर मौजूद लोगों को रोमांचित कर दिया। इस मौके पर अतुल गर्ग ने अपने सम्बोधन में कहा कि योग हमारे शरीर को स्वस्थ रखने की प्राचीन काल से चली आ रही व्यायाम की वह पद्धति है जिसका लोहा पूरे विश्व ने मान लिया है। यह सब प्रधानमंत्री मोदी की दूरदर्शिता और देश प्रेम का नतीजा है। इस मौके पर जिलाधिकारी रितु माहेश्वरी व जीडीए उपाध्यक्ष कंचन वर्मा ने छात्रों के



साथ योग कर नागरिकों को सेहतबंद रहने का संदेश दिया।

कर्मचारियों के दिन की शुरुआत हुई योग के साथ

साहिबाबाद। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर गौस ग्रुप के कर्मचारियों ने इंदिरापुरम स्थित गौड़ बिजु पार्क में

सामूहिक योग किया। योग विशेषज्ञों की देखरेख में समूह के करीब 200 लोगों ने योग के भिन्न-भिन्न प्रारूपों का अभ्यास किया और समाज में योग को दैनिक जीवन-शैली में नियमित रूप से अपनाने का संदेश दिया। योग पर आधारित कार्यक्रम की शुरुआत में योग

विशेषज्ञों ने वहां मौजूद लोगों को योग और इससे होने वाले अभूतपूर्व लाभों के बारे में बताया। इसके बाद लोगों ने क्रमबद्ध तरीके से विभिन्न आसनो का अनुसरण किया और योग के लिए अतिरिक्त समय निकालकर हर रोज इसे करने का संकल्प लिया।

योग से उत्साहित ग्रुप के कर्मचारी ने कहा कि हम सभी रोजमर्रा जिंदगी में व्यस्त होने की वजह से अपने स्वास्थ्य पर ध्यान नहीं देते हैं। जिसका नतीजा है कि अधिकतर लोग समय के साथ तरह-तरह की बिमारियों से घिर जाते हैं। मैं हमेशा से योग करने की सोचता

था लेकिन समय की कमी की वजह से कर नहीं पाता। योग दिवस पर योग करने के बाद मुझे महसूस हुआ कि योग को अपनाना बेहद आसान है। हम प्रतिदिन थोड़ा समय योग को देकर अपने जीवन को बेहतर स्वास्थ्य का तोहफा दे सकते हैं।



कर्मचारियों के दिन की शुरुआत हुई योग के साथ

साहिबाबाद। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर गौस ग्रुप के कर्मचारियों ने इंदिरापुरम स्थित गौड़ बिजु पार्क में

सामूहिक योग किया। योग विशेषज्ञों की देखरेख में समूह के करीब 200 लोगों ने योग के भिन्न-भिन्न प्रारूपों का अभ्यास किया और समाज में योग को दैनिक जीवन-शैली में नियमित रूप से अपनाने का संदेश दिया। योग पर आधारित कार्यक्रम की शुरुआत में योग

विशेषज्ञों ने वहां मौजूद लोगों को योग और इससे होने वाले अभूतपूर्व लाभों के बारे में बताया। इसके बाद लोगों ने क्रमबद्ध तरीके से विभिन्न आसनो का अनुसरण किया और योग के लिए अतिरिक्त समय निकालकर हर रोज इसे करने का संकल्प लिया।

योग से उत्साहित ग्रुप के कर्मचारी ने कहा कि हम सभी रोजमर्रा जिंदगी में व्यस्त होने की वजह से अपने स्वास्थ्य पर ध्यान नहीं देते हैं। जिसका नतीजा है कि अधिकतर लोग समय के साथ तरह-तरह की बिमारियों से घिर जाते हैं। मैं हमेशा से योग करने की सोचता

था लेकिन समय की कमी की वजह से कर नहीं पाता। योग दिवस पर योग करने के बाद मुझे महसूस हुआ कि योग को अपनाना बेहद आसान है। हम प्रतिदिन थोड़ा समय योग को देकर अपने जीवन को बेहतर स्वास्थ्य का तोहफा दे सकते हैं।