

## **REPORT**

# **अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस: 21 जून 2018**

## **कार्य करण रिपोर्ट (Activities Report)**

मानव संसाधन मंत्रालय एवं आयुष मंत्रालय, भारत सरकार तथा विश्वविद्यालय अनुदान आयोग एवं माननीय कुलपति महोदय के निर्देशानुसार विश्वविद्यालय को 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह से पहले योग सम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किये जाने थे।

- 1) हिमाचल प्रदेश केन्द्रीय विश्वविद्यालय 2 मई 2018 (बुधवार) को एक **योग-सत्र** का आयोजन किया है, जिसका विवरण निम्न प्रकार से है।

**मुख्य वक्ता एवं सत्र-संचालक:** प्रो. योगिंदर सिंह वर्मा, पूर्व-प्रति-कुलपति

**विषय:** ऑटोजेनिक कंडीशनिंग: सफलता की एक कुंजी

(Autogenic Conditioning: A Key to Success)

**समय:** 12:30 अपरान्ह,

**दिनांक:** 2 मई 2018 (बुधवार)

**स्थान:** सेमिनार हाल, हि.प्र.के.वि., अस्थाई शैक्षणिक खंड, शाहपुर।

योग-धारा क्लब एवं हि.प्र.के.वि. के छात्रों और शिक्षकों तथा शिक्षितर ने उत्साहपूर्वक योग कार्यशाला में सहभागिता प्रदान की।





- 2) इस कड़ी में दिनांक 7 मई 2018 (सोमवार) को 6:00 बजे पूर्वाह्न (Morning) अस्थाई शिक्षण परिसर धर्मशाला के प्रांगण में एक योग शिविर का आयोजन किया गया ।  
सत्र संचालक: कुमारी आस्था गोयल एवं योग शिक्षक राजेश गोयल  
संस्था: आर्ट ऑफ़ लिविंग  
समय: 6:00 से 8:00 बजे सुबह  
दिनांक: 7 मई 2018 (सोमवार)  
स्थान: अस्थाई शिक्षण परिसर धर्मशाला  
विषय: सूक्ष्म व्यायाम, आसन, प्राणायाम, ध्यान एवं सूर्यनमस्कार आदि क्रियाएँ ।

योग सत्र में संस्कृत कई छात्र शिवांशु, विभागों के प्राध्यापक, छात्र, सामाजिक लोग, कर्मचारी गण आदि गणमान्य लोग उपस्थित थे ।



- 3) इस कड़ी में दिनांक 28 मई 2018 (सोमवार) को 2:30 बजे अपराहन (afternoon) सेमिनार हॉल में एक व्याख्यान का आयोजन किया गया ।

**मुख्यवक्ता: आशीष गोस्वामी**

Chairholder, UNESCO Chair in 'Inclusive Adapted Physical Education and Yoga',

Dean - Faculty of General and Adapted Physical Education and Yoga

& Head, Dept. Sports Science and Yoga

Ramakrishna Mission Vivekananda Educational and Research Institute (Deemed to be University)

**विषय: Physiological effects of Yoga**

**समय: 2:30 अपरान्ह, 28 मई 2018 (सोमवार)**

योगधारा क्लब एवं विश्वविद्यालय के छात्रों और शिक्षकों ने इस व्याख्यान में भाग लिया ।



**International Yoga Day 2018 has been scheduled to organize in the University Temporary Academic Block at Shahpur on 21st June as per the standard yoga protocol. An eminent Yoga Teacher associated with the Patanjali Yog Peeth Haridwar will conduct the session. The people from the villages adopted by the university and local NGO will also join the university fraternity in the programme.**



### **INTERNATIONAL YOGA DAY (21<sup>st</sup> JUNE 2018)**

The 4<sup>th</sup> International yoga day was celebrated in the University (CUHP) with a great fervor and collaboration of UBA, NSS wing, Yogdhara Club and people from local PRIs' on 21<sup>st</sup> June 2016. This programme was organized in the Main Conference Hall of the Temporary Academic Block (TAB), Shahpur, and started at 6:30 AM early in the morning. Prof. Kuldeep Chand Agnihotri, the honorable Vice Chancellor, was the Chief Guest and Subedar Major (Retd.) Omkar Guleria was the main Instructor of the IYD 2018.

The programme was started by welcoming all by Dr. Vivek Sharma (Coordinator of the programme). The lighting the ceremonial lamp was completed by the Vice-Chancellor Prof. Agnihotri, Pro-Vice Chancellor Prof. Hans Raj Sharma, Prof. B. C. Chauhan (Chairman of the Yogdhara Club) and Dr. Vivek Sharma (Coordinator).

Then Dr. Chauhan welcomed all the honorable guests, teachers, students, NSS volunteers and people participating in the function from local villages. He also introduced the Instructor (Sh. Omkar Guleria) and the Demonstrator (Sh. Harnam Chambyal) of the yoga session. He said

Yoga is the biggest gift that India bestowed upon to the entire world and we all should be proud of it. The Chief Guest Prof. Agnihotri addressed the audience and said that IYD celebration on **21<sup>st</sup> June** gives just a trailer of yoga power for all of us, but in practice we should not stop here only, rather adopt Yoga for the entire life. He said Yoga is not important only for our body, but it also teaches us about values, which are very important for any society and humanity as a whole.

The Instructor Sh. Guleria took the session for about 01 Hours as per the protocol issued by the AYUSH Ministry, Govt. of India. He attached small exercises to the Yoga protocol and made everybody feel energized. He started the session by introducing the importance and precautions of Yoga.

Then Dr. Vikram Singh presented the vote of thanks and the programme ended with 'National Anthem'.



**“निमन्त्रण पत्र”**

हिमाचल प्रदेश केन्द्रीय विश्वविद्यालय

**अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस**

**21 जून , 2018 गुरुवार**

योग मन एवम् आत्मा के मध्य समन्वय स्थापित करने का प्रमुख साधन है।  
अतः अपने आरोग्य तथा स्वास्थ्य लाभ हेतु आप योग सत्र में सादर आमन्त्रित हैं।

**स्थान :-** हिमाचल प्रदेश केन्द्रीय विश्वविद्यालय अस्थाई शैक्षणिक खण्ड, शाहपुर, जिला कांगडा (हि०प्र०)

**समय :-** प्रातः 6:00 बजे से 8:30 बजे तक

**आयोजक:-** योग धारा क्लब, उन्नत भारत अभियान, राष्ट्रीय सेवा योजना एवं क्षेत्रीय समुदाय









**Video Link:**