

3. “Yoga Camp” on 1.3.2021 -7.3.2021

योग से छात्राएं बढ़ाएं आत्मबल

मेरठ: चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय परिसर में मिशन शक्ति के तहत योग विभाग में योग शिविर लगाया गया है। योगी अमरपाल और रानी बाला ने छात्राओं को बताया कि योग से आत्मबल को कैसे बढ़ा सकते हैं। छात्राओं ने प्राणायाम, आसन का अभ्यास किया। मिशन शक्ति की समन्वयक प्रो. बिन्दु शर्मा ने सभी का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि महिलाओं का मानसिक रूप से सशक्त होना बहुत ही आवश्यक है।

नारी को शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना आवश्यक: प्रो बिन्दु शर्मा

मेरठ (धारा न्यूज)। मिशन शक्ति अभियान 2021 के उद्देश्य को पूरा करने के लिए विवि में एक मार्च से अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस छात्राओं व महिला कर्मचारियों के लिए योग शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय परिसर स्थित योग विभाग में प्रातः 8 बजे से 9 बजे तक आयोजित किया जा रहा है। जिसमें योगी अमरपाल और रानी बाला के निर्देशन में प्रातः छात्राओं ने योग से आत्मबल में कैसे वृद्धि होती है इसका अभ्यास किया और योग की बारिकियों

को सीखा। इस योग शिविर में छात्राओं में उत्साह देखने को मिला। छात्राओं ने प्राणायाम आसन का अभ्यास किया। मिशन शक्ति की समन्वयक प्रो बिन्दु शर्मा ने सभी का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि नारी सम्मान नारी सुरक्षा नारी स्वावलंबन के लिए मिशन शक्ति का ध्येय वाक्य है उसको पूरा करने के लिए महिलाओं का शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना बहुत ही आवश्यक है। योग और प्राणायाम से नारी सशक्त होती है।

दैनिक हीरा टाइम्स

मिशन शक्ति के अंतर्गत विवि में कार्यक्रम आयोजित



मेरठ, संवाददाता। प्रदेश सरकार द्वारा संचालित मिशन शक्ति अभियान 2021 के उद्देश्य को पूरा करने के लिए विश्वविद्यालय में

एक मार्च से अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस छात्राओं व महिला कर्मचारियों के लिए योग शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय परिसर स्थित योग विभाग में प्रातः 8 बजे से 9 बजे तक आयोजित किया जा रहा है। जिसमें योगी अमरपाल और रानी बाला के निर्देशन में प्रातः छात्राओं ने योग से आत्मबल में कैसे वृद्धि होती है इसका अभ्यास किया और योग की बारिकियों को सीखा। इस योग शिविर में छात्राओं में उत्साह देखने को मिला। छात्राओं ने प्राणायाम, आसन का अभ्यास किया। मिशन शक्ति की समन्वयक प्रो. बिन्दु शर्मा ने सभी का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि नारी सम्मान, नारी सुरक्षा नारी स्वावलंबन के लिए मिशन शक्ति का ध्येय वाक्य है उसको पूरा करने के लिए महिलाओं का शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना बहुत ही आवश्यक है। योग और प्राणायाम से नारी सशक्त होती है।

योग से सशक्त होगी नारी



meerut@inext.co.in

MEERUT (2 March): मिशन शक्ति अभियान 2021 के उद्देश्य को पूरा करने के लिए सीसीएसयू में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस सप्ताह के उपलक्ष्य में स्टूडेंट व महिला कर्मचारियों के लिए योग शिविर लगाया गया। आयोजन सीसीएसयू परिसर स्थित योग विभाग में किया गया। जिसमें योगी अमरपाल और रानी बाला के निर्देशन में स्टूडेंट ने योग से आत्मबल में कैसे वृद्धि होती है, इसका

अभ्यास किया और योग की बारिकियों को सीखा। स्टूडेंट ने प्राणायाम, आसन का अभ्यास किया। मिशन शक्ति की समन्वयक प्रो. बिन्दु शर्मा ने कहा कि नारी सम्मान, नारी सुरक्षा नारी के लिए मिशन शक्ति का ध्येय वाक्य है। उसको पूरा करने के लिए महिलाओं का शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना आवश्यक है। योग से नारी सशक्त होती है।

आ

समस्त विज्ञापन प्रकाशन हेतु भुगतान की राशि में प्रदान की जायेगी।
जे. पी. शर्मा
advertising

नारी को शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना आवश्यक : प्रो. बिन्दु शर्मा

मेरठ (प्र)। मिशन शक्ति अभियान 2021 के उद्देश्य को पूरा करने के लिए विश्वविद्यालय में एक मार्च से अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस छात्राओं व महिला कर्मचारियों के लिए योग शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय परिसर स्थित योग विभाग में प्रातः 8 बजे से 9 बजे तक आयोजित किया जा रहा है। जिसमें योगी अमरपाल और रानी बाला के निर्देशन में प्रातः छात्राओं ने योग से आत्मबल में कैसे वृद्धि होती है, इसका अभ्यास किया और योग की बारिकियों को सीखा। इस योग शिविर में छात्राओं में उत्साह देखने को मिला। छात्राओं ने प्राणायाम, आसन का अभ्यास



किया। मिशन शक्ति की समन्वयक प्रो. बिन्दु शर्मा ने सभी का उत्सावर्धन करते हुए कहा कि नारी सम्मान, नारी सुरक्षा नारी स्वावलंबन के लिए मिशन शक्ति का ध्येय वाक्य है

उसको पूरा करने के लिए महिलाओं का शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना बहुत ही आवश्यक है। योग और प्राणायाम से नारी सशक्त होती है।

नारी को शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना आवश्यक: बिन्दु शर्मा

मेरठ। मिशन शक्ति अभियान 2021 के उद्देश्य को पूरा करने के लिए विश्वविद्यालय में एक मार्च से अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस छात्राओं व महिला कर्मचारियों के लिए योग शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय परिसर स्थित योग विभाग में प्रातः 8 बजे से 9 बजे तक आयोजित किया जा रहा है। जिसमें योगी अमरपाल और रानी बाला के निर्देशन में प्रातः छात्राओं ने योग से आत्मबल में कैसे वृद्धि होती है इसका अभ्यास किया और योग की बारिकियों

को सीखा। इस योग शिविर में छात्राओं में उत्साह देखने को मिला। छात्राओं ने प्राणायाम, आसन का अभ्यास किया। मिशन शक्ति की समन्वयक प्रो0 बिन्दु शर्मा ने सभी का उत्सावर्धन करते हुए कहा कि नारी सम्मान, नारी सुरक्षा नारी स्वावलंबन के लिए मिशन शक्ति का ध्येय वाक्य है उसको पूरा करने के लिए महिलाओं का शारीरिक व मानसिक रूप से सशक्त होना बहुत ही आवश्यक है। योग और प्राणायाम से नारी सशक्त होती है।