



DAINIK BHASKAR

गर्ल्स स्टूडेंट्स को कराया योगाभ्यास, दिए टिप्स

शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय के महिला कल्याण प्रकोष्ठ की देखरेख में किया जा रहा है।



फरीदाबाद, वाईएमसीए विश्वविद्यालय में योगाभ्यास करती स्टूडेंट

भास्कर न्यूज़ | फरीदाबाद

वाईएमसीए विश्वविद्यालय द्वारा भारतीय योग संस्थान के सहयोग से छात्रावास में रह रही छात्राओं के लिए योग शिविर का आयोजन किया गया। एक सप्ताह तक चलने वाले इस शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय के महिला कल्याण प्रकोष्ठ की देखरेख में किया जा रहा है। इसमें काफी संख्या में छात्राओं ने हिस्सा लिया। योगासन का अभ्यास किया।

इस अवसर पर योग संस्थान के योग विशेषज्ञों ने शरीर व मन को स्वास्थ्य व

रोग मुक्त रखने के लिए विभिन्न प्रकार के योगासनों से संबंधित जरूरी टिप्स दिए। उन्होंने विभिन्न योग मुद्राओं का प्रदर्शन किया। उनसे होने वाले लाभ के बारे में बताया। योग शिविर के प्रतिभागियों ने प्रसन्नता जताई कि शिविर के माध्यम से उन्हें योगासन के विभिन्न पहलुओं की जानकारी मिली है। कुलपति प्रो. विनेश कुमार ने शिविर के आयोजन के लिए प्रकोष्ठ के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि आज के भागदौड़ वाली जीवन शैली में स्वास्थ्य के लिए योग बेहद जरूरी है। यह कई प्रकार के रोगों का उपचार भी है।

HINDUSTAN

वाईएमसीए में छात्राओं के लिए योग शिविर

फरीदाबाद। वाईएमसीए विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय में मंगलवार से भारतीय योग संस्थान के सहयोग से छात्रावास में रहने वाली छात्राओं के लिए योग शिविर का आयोजन किया जा रहा है। इसका आयोजन एक सप्ताह तक किया जाएगा। इस दौरान उन्हें कई आसन बताए जाएंगे जिससे उन्हें बीमारियों से दूर रखा जा सके। देखरेख की जिम्मेदारी विश्वविद्यालय के महिला कल्याण प्रकोष्ठ को सौंपी गई है।



AMAR UJALA

छात्राओं के लिए लगा योग शिविर

फरीदाबाद। भारतीय योग संस्थान के सहयोग से वाईएमसीए विश्वविद्यालय द्वारा छात्रावास में रह रही छात्राओं के लिए योग शिविर आयोजित किया गया। विश्वविद्यालय के महिला कल्याण प्रकोष्ठ की देखरेख में एक सप्ताह तक शिविर चलेगा। पहले दिन काफी संख्या में छात्राओं ने शिविर में हिस्सा लेकर योगासन का अभ्यास किया। योग संस्थान के योग विशेषज्ञों ने छात्राओं को शरीर व मन को स्वस्थ, रोग मुक्त रखने के लिए विभिन्न योगासनों से संबंधित टिप्स दिए। योग से होने वाले लाभ को बताया। कुलपति दिनेश कुमार ने कहा कि भागदौड़ वाले जीवन शैली में स्वास्थ्य के लिए योग बेहद जरूरी है।

DAINIK JAGRAN

वाईएमसीए के विद्यार्थियों ने सीखे योग के गुर

जासं, फरीदाबाद : वाईएमसीए विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय में भारतीय योग संस्थान के सहयोग से छात्रावास में आयोजित शिविर में छात्राओं ने योग के गुर सीखे। एक सप्ताह तक चलने वाले इस शिविर का आयोजन विश्वविद्यालय के महिला कल्याण प्रकोष्ठ की देखरेख में किया जा रहा है। शिविर के पहले दिन काफी संख्या में छात्राओं ने हिस्सा लिया और योगासन का अभ्यास किया। इस अवसर पर भारतीय योग संस्थान के योग विशेषज्ञों ने छात्राओं को शरीर व मन को स्वस्थ तथा रोग मुक्त रखने के लिए विभिन्न प्रकार के योगासनों से संबंधित जरूरी टिप्स दिये। उन्होंने विभिन्न योग मुद्राओं का प्रदर्शित किया तथा उन से होने वाले लाभ के बारे में बताया। योग शिविर के प्रतिभागियों ने प्रसन्नता जताई कि शिविर के माध्यम



वाईएमसीए यूनिवर्सिटी में आयोजित योग शिविर में योग मुद्राएं सीखती छात्राएं • जागरण

से उन्हें योगासन के विभिन्न पहलुओं की जानकारी मिली है। कुलपति प्रो. दिनेश कुमार ने छात्राओं के लिए योग शिविर के आयोजन के लिए महिला कल्याण प्रकोष्ठ

के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि आज के भागदौड़ वाली जीवन शैली में स्वास्थ्य के लिए योग बेहद जरूरी है और वह कई प्रकार के रोगों का उपचार भी है।



YMCA University of Science & Technology

(NAAC Accredited Grade 'A' State University)

Sector 6, Faridabad (HARYANA) – 121006

NEWS CLIPPING: 13.09.2017

NAVBHARAT TIMES

वाईएमसीए में छात्राओं ने सीखा योग

■ नगर संवाददाता, फरीदाबाद :
वाईएमसीए विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय ने छात्रावास में रह रही छात्राओं के लिए भारतीय योग संस्थान के सहयोग से योगा कैंप लगवाया। योगा कैंप मंगलवार से शुरू हुआ। कैंप में पहले दिन छात्राओं ने बद्ध-चढ़ कर हिस्सा लिया और योगासन का अभ्यास किया।

भारतीय योग संस्थान के योग विशेषज्ञों ने छात्राओं को शरीर

व मन को स्वस्थ तथा रोग मुक्त रखने के लिए विभिन्न प्रकार के योगासनों से संबंधित जरूरी टिप्स दिए। विशेषज्ञों ने विभिन्न योग मुद्राओं का प्रदर्शन भी किया तथा उनसे होने वाले लाभ के बारे में बताया। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. दिनेश कुमार ने छात्राओं के लिए योग शिविर के आयोजन के लिए महिला कल्याण प्रकोष्ठ के प्रयासों की सराहना की।