<u>अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस आयोजन</u>

21.06.2018 सुबह 7:00 बजे से 8:30 बजे तक भा.कृ.अ.प. – केन्द्रीय कृषिवानिकी अनुसंधान संस्थान, झाँसी में अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। योग प्रोटोकॉल के अनुसार पहले सूक्ष्म व्यायाम किया गया जिसमें प्रमुख रूप से कन्धे से जुड़े आसन कराये गये। तत्पश्चात् कपाल भाँति, अनुलोभ–विलोम, भ्रामरी उद्गीत का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम का समापन हास्य योग से किया गया। इसमें संस्थान के वैज्ञानिकों, अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने बढ़–चढ़कर भाग लिया और नियमित योग करने की प्रतिबद्धता जताई। योग, धर्म जाति से परे शरीर को स्वस्थ्य रखने का विज्ञान है। इस से स्फूर्ति आती है और शरीर निरोग रहता है। इस कार्यक्रम में डॉ. रमेश सिंह एवं डॉ. नरेश कुमार ने मुख्य भूमिका निभायी।

कार्यक्रम की फोटोग्राफी की गयी (फोटो संलग्न) । आख्या सूचनार्थ प्रस्तुत।