लक्ष्मीबाई राष्ट्रीय शारीरिक शिक्षा संस्थान, ग्वालियर

(आईएसओ 9001:2008 प्रमाणित सम विश्वविद्यालय)
भारत सरकार, युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय

Lakshmibai National Institute of Physical Education, Gwalior

(ISO 9001:2008 certified Deemed University)
Government of India, Ministry of Youth Affairs and Sports

क्रमांक:..... दिनांक:.....

अंर्तराष्ट्रीय योग दिवस - 21 जून 2016

स्थानीय लक्ष्मीबाई राष्टीय शारीरिक शिक्षण संस्थान मे दिनांक 21.06.2015 अंतराष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन प्रात 6:30 बजे से 7:30 तक संस्थान के प्रागंण मे स्थानीय फुटबाल मैदान मे किया गया| इस मैदान मे 10000 लोगो ने स्थान ग्रहण किया| फुटबाल ग्राउंड मे उपस्थित जन समूह को सुविधा एवं सुरूचिपूर्ण ढंग से योग कराने के लिये मंच तैयार किया गया था जिस पर बैठकर योग प्रशिक्षकों द्वारा विभिन्न योगिक मुद्राओं का प्रदर्शन किया गया जिनको देखकर समस्त जनसमूह ने उन क्रियाओं को दोहराया|

प्रात 6:20 बजे मुख्य अतिथि माननीय श्रीमती मायासिहॅ, महिला एवं बालविकास मत्रीं, म.प्र. शासन थी| कार्यक्रम के प्रारंभ मे संस्थान के कुलपति प्रो. दिलीप कुमार दुरैहा ने मुख्य अतिथि को पुष्प भेंट कर स्वा्गत किया| ततपश्चात जिलाधिकारी एवं जिला पुलिस अधीक्षक ने मुख्य अतिथि का स्वागत किया| मंच पर ग्वालियर के कमिश्नर, आई.जी. और कुलपति महोदय, ग्वालियर के महापौर महोदय श्री विवेक नारायण शेजवलकर, जिलाधिकारी महोदय श्री संजय गोयल, जिला पुलिस अधीक्षक महोदय श्री हरिनारायणचारी मिश्रा, श्री बालेंदु शुक्ला, विधायक भारत सिहॅ कुशवाह एवं साडा अध्यक्ष श्री राकेश सिहॅ जादौन उपस्थित थे|

आयोजको द्वारा धोषणा की गई कि कार्यक्रम को दिल्ली मे होने वाले कार्यक्रम से जोडा जा रहा है और कार्यक्रम उसी रूप मे संचालित होगा| **इसी समय माननीय केंद्रीय मंत्री श्री नरेंद्र सिंह तोमर जी का आगमन हुआ और मंच पर अपना स्थान ग्रहण किया|**

कार्यक्रम के सुचारू रूप से संचालन के लिये मैदान के दौनो ओर 2 एल. ई. डी. स्क्रीन लगाये गये थे जिनपर योग मुद्रओं का प्रदर्शन किया गया| मैदान के चारो ओर ध्वनि का पूर्णरूप से प्रसार हो सके इसके लिये उच्च स्तर का ध्वनि सयंत्र स्थापित किया गया था|

कार्यक्रम के प्रारंभ होते ही समस्त अतिथिगणो ने मंच के सामने स्थित मैदान मे अपना-अपना स्थान ग्रहण कर योग क्रियायें प्रारंभ की, सर्वप्रथम योगा प्रार्थना हुई

उॅ

संगच्छध्वं संवदध्वं

स वा मनांसि जानताम्

दवा भाग यथा पव

सज्जापापा उपासत

इसके बाद योगासनो की क्रियाये हुई जिनमे निम्नानुसार यौगिक क्रियायें कराई गईं|

ग्रीवा संचालन

धुटनो की क्रियायें

ताडासन

पादहस्तासन

अर्धचक्रासन

त्रिकोनासन

भद्रसनासन

शशांकासन

बक्रासन

मकरासन

भुजंगासन

शलभासन

सेतुबंधासन

पवनमुक्तासन

शवासन

कपालभाती

अनुलोम विलोम

ब्राहरी

ध्यान

कार्यक्रम के अंत मे प्रार्थना कराई गई|

ॐ

सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चिद दुखभाग्भवेत
शान्ति शान्ति शान्ति

कार्यक्रम के अंत मे पधारे हुये माननीय श्री नरेंद्र सिहॅ जी तोमर, केंद्रीय मंत्री, इस्पात एवं खान ने योगा पाठ्यक्रम के पुरूस्कार वितरण किये|

<u>पुरूष वर्ग</u>

राहुल कुशवाहा	-	आसन मे प्रथम पुरूस्कार
ईशु प्रजापति	-	आसन मे द्वितीय पुरूस्कार
सत्या	-	आसन मे तृतीय पुरूस्कार

<u>महिला वर्ग</u>

किरण	-	आसन मे प्रथम पुरूस्कार
कंचन	-	आसन मे द्वितीय पुरूस्कार
काकोली	-	आसन मे तृतीय पुरूस्कार

कार्यक्रम की समाप्ति पर कुलपति महोदय द्वारा मुख्य अतिथि श्रीमती माया सिहॅ, महिला एवं बाल विकास मंत्री, म.प्र. शासन को अंतराष्ट्रीय योग दिवस का स्मृति चिन्ह प्रदान किया| ततपश्चात जिलाधीश महोदय ने केंद्रीय मंत्री महोदय को अंतराष्ट्रीय योग दिवस का स्मति चिन्ह प्रदान किया|

कार्यक्रम मे संस्थान की ओर से मुख्य रूप से प्रो. विवेक पाण्डे, प्रो. जयश्री आचार्य, प्रो. एस. मुखर्जी, डॉ. इंदु बोरा, डॉ. जे.पी. बुकर. डॉ. के.के. साहू, डॉ. अमर कुमार, डॉ. नीबू आर. क्रष्णा आदि मुख्य रूप से उपस्थित थे|