

## ऊर्जा में वृद्धि होती: आरपी चट्टा

### मनस्वी वाणी संवाददाता

मुरादनगर। दिल्ली मेरठ रोड स्थित आईटीएस कैम्पस में फार्मेसी फिजियोथेरेपी एवं डेंटल विभाग के परिसर में आजादी का 75 वां अमृत महोत्सव मनाया जा रहा है। जिसमें आठवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। योग दिवस के अवसर गुरुकुल योग संस्थान मुरादनगर के संचालको द्वारा योगाभ्यास का शुभारम्भ हुआ। योग गुरु पवन त्यागी, भूषण त्यागी बीकेडी इंटर कालेज से अमित त्यागी एवं पवन आर्य ने बताया कि योग एवं व्यायाम करने से हमारे शरीर को फुर्तीला एवं बीमारियों से हमारे शरीर की क्षमता को बढ़ाता है।

योग दिवस का शुभारम्भ डॉ. सदीश कुमार निदेशक फार्मेसी, डॉ. सीएस राम प्रधानाचार्य फिजियोथेरेपी विभाग ने किया। उन्होंने कहा कि योग करने से शरीर स्वस्थ रहता है। योग से जीवन पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है



प्रतिदिन योग करने से शारीरिक और मानसिक बीमारियां दूर रहती है बढ़ते तनाव को कम करने और लाइफस्टाईल से पैदा होने वाली समस्याओं को योग से दूर किया जा सकता है। योगाभ्यास में फार्मेसी, फिजियोथेरेपी एवं डेंटल विभाग के

छात्र एवं छात्राओं ने योग दिवस लाभ उठाते हुए प्रण भी लिया कि वह अपनी दिनचर्या में योग से अपने शरीर एवं मानसिक क्षमता को बढ़ाने के लिये प्रतिदिन योग करेंगे।

इस दौरान संस्थान के सभी अध्यापक और छात्र मौजूद रहे।

# आईटीएस मुरादनगर में मनाया गया आठवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

युग करवट ब्यूरो संवाददाता

मुरादनगर। आईटीएस डेन्टल कॉलेज में आठवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। गुरुकुल योग संस्थान मुरादनगर के संचालकों द्वारा इस योगाभ्यास कार्यक्रम का



शुभारम्भ किया गया। इस मौके पर योग गुरु पवन त्यागी, भूषण त्यागी, बीकेडी इन्टर कॉलेज से अमित त्यागी एवं पवन आर्य ने योग का महत्व बताते हुए कहा कि योग एवं व्यायाम करने से हमारा शरीर फुर्तीला होता है और बीमारियां दूर रहती हैं। वहीं डॉ. सदीश कुमार और डॉ. सीएस राम ने कहा कि योग करने से शरीर स्वस्थ रहता है। वहीं, आईटीएस ग्रुप के चेयरमैन डॉ. आरपी चड्ढा एवं वाइस चेयरमैन अर्पित चड्ढा ने सभी अध्यापक गण एवं छात्र-छात्राओं को योग को लाभ बताएं। योगाभ्यास में फॉर्मैसी, फिजियोथेरेपी एवं डेन्टल विभाग के छात्र एवं छात्राओं ने नियमित रूप से योग करने का प्रण लिया। इस अवसर पर डॉ. थंगराज प्रिंसिपल फिजियोथेरेपी, डॉ. मनोज कुमार शर्मा, डॉ. रोजलीन मिश्रा, डॉ. दीपक त्यागी, चैतन्य व कपिल शर्मा आदि मौजूद रहे।

# आई.टी.एस. कैम्पस मुरादनगर में आठवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

संवाददाता (आप अभी तक)

गजियाबाद। आई.टी.एस. कैम्पस मुरादनगर में फार्मेसी, फिजियोथेरेपी एवं डेन्टल विभाग के परिसर में आठवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को मनाया गया।

आयुष मंत्रालय की ओर से प्राप्त जानकारी के अनुसार इस साल योग फॉर ह्यूमनिटी (योगा फॉर ह्यूमनिटी) थीम चुनी गई है जिसका मतलब है मानवता के लिए योग है।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस प्रतिवर्ष 21 जून को मनाया जाता है। यह दिन वर्ष का सबसे लम्बा दिन होता है और योग भी मनुष्य को दीर्घायु बनाता है। पहली बार यह दिवस 21 जून 2.15 को मनाया गया जिसकी पहल भारत के प्रधानमंत्री श्रीमान नरेंद्र मोदी ने 27 सितम्बर 2.14 को संयुक्त राष्ट्र महासभा में अपने भाषण से की थी जिसमें उन्होंने कहा था कि योग भारत की प्राचीन परम्परा का एक अमूल्य उपहार है यह दिमाग और शरीर को एकता का प्रतीक है, मनुष्य और प्रकृति के बीच सामंजस्य है विचार संयम और पूर्ण प्रदान करने वाला है तथा स्वास्थ्य और भलाई के लिए एक समग्र दृष्टिकोण को भी प्रदान करने वाला है। यह व्यायाम के बारे में नहीं है। लेकिन अपने भीतर एकता की भावना दुनिया और प्रकृति की खोज के विषय में है। हमारी बदलती जीवन-शैली में यह चेतना बनकर हमें जलवायु



परिवर्तन से निपटने में मदद कर सकता है। तो आर्ये एक अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को योद लेने की दिशा में काम करते हैं।

योग दिवस के अवसर गुरुकुल योग संस्थान मुरादनगर के संचालको द्वारा योगाभ्यास का शुभारम्भ हुआ योग गुरु पवन त्यागी, श्री भूषण त्यागी, बी.के.डी. इन्टर कालेज से अमित त्यागी, एवं पवन आर्य ने बताया कि योग एवं व्यायाम करने से हमारे शरीर को फुटीला एवं बीमारियों से हमारे शरीर

की क्षमता को बढ़ाता है।

योग दिवस का शुभारम्भ डा. सत्येश कुमार निदेशक फार्मेसी, डा. सी.एस. राम प्रधानाचार्य फिजियोथेरेपी विभाग ने किया तथा उन्होंने कहा कि योग करने से शरीर स्वस्थ रहता है। योग से जीवन पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है प्रतिदिन योग करने से शारीरिक और मानसिक बीमारियां दूर रहती है बढ़ते तनाव को कम करने और लाईफस्टाइल से पैदा होने वाली समस्याओं को योग से दूर किया जा सकता है। योगाभ्यास में



फार्मेसी, फिजियोथेरेपी एवं डेन्टल विभाग के छात्र एवं छात्राओं ने अपने योग दिवस लुत्फ उठाते हुए प्रण भी लिया कि वह अपनी दिनचर्या में योग से अपने शरीर एवं मानसिक क्षमता को बढ़ाने के लिये प्रतिदिन योग करेंगे।

इस आयोजन में आई.टी.एस. टी एजुकेशन ग्रुप के चेयरमैन डा. आर.पी चड्ढा एवं वाइस चेयरमैन श्री अर्पित

चड्ढा ने समस्त अध्यापक गण एवं छात्र-छात्राओं से कहा कि योग करने से शरीर मजबूती बनता है। योग से शारीरिक और मानसिक ऊर्जा में वृद्धि होती है, इस कार्यक्रम में डा. धर्मराज प्रिंसिपल फिजियोथेरेपी, डा. मनोज कुमार शर्मा, डा. रोजलीन मिश्रा, डा. दीपक त्यागी, मि. चैतन्य एवं मि. करण शर्मा ने कार्यक्रम का संचालन किया।

## आईटीएस मुरादनगर में आठवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

### हिन्द आत्मा संवाददाता

गाजियाबाद। आईटीएस कैम्पस मुरादनगर में फामेसी, फिजियोथेरेपी एवं डेंटल विभाग के परिसर में आजादी का 75वां अमृत महोत्सव मनाया जा रहा है। जिसके अंतर्गत आठवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को मनाया गया। आयुष मंत्रालय की ओर से प्राप्त जानकारी के अनुसार इस साल योग फॉर ह्यूमैनिटी (योगा फॉर ह्यूमैनिटी) थीम चुनी गई है, जिसका मतलब है योग मानवता के लिए है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस प्रतिवर्ष 21 जून को मनाया जाता है। यह दिन वर्ष का सबसे लम्बा दिन होता है और योग भी मनुष्य को दीर्घायु बनाता है। पहली बार यह दिवस 21 जून 2015 को मनाया गया जिसकी पहल भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 27 सितम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा में अपने भाषण से की थी।

महासभा में उन्होंने कहा था कि योग भारत की प्राचीन परम्परा का एक अमूल्य उपहार है। यह दिमाग और शरीर



की एकता का प्रतीक है, मनुष्य और प्रकृति के बीच सामंजस्य है, विचार संयम और पूर्ति प्रदान करने वाला है। स्वास्थ्य और भलाई के लिए एक समग्र दृष्टिकोण को भी प्रदान करने वाला है। यह व्यायाम के बारे में नहीं है। लेकिन अपने भीतर एकता की भावना दुनिया और प्रकृति की खोज के विषय में है। हमारी बदलती जीवन शैली में यह चेतना बनकर हमें जलवायु परिवर्तन से निपटने में मदद कर सकता है। तो आइए अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को गोद लेने की दिशा में काम करते हैं। योग दिवस

के अवसर गुरुकुल योग संस्थान मुरादनगर के संचालक द्वारा योगाभ्यास का शुभारम्भ हुआ।

योग गुरु पवन त्यागी, भूषण त्यागी, बिकेडी इंटर कालेज से अमित त्यागी एवं पवन आर्य ने बताया कि योग एवं व्यायाम हमारे शरीर को फुटीला एवं शरीर की बीमारियों से लड़ने में हमारे शरीर की क्षमता को बढ़ाता है। योग दिवस का शुभारम्भ डा. सदीश कुमार निदेशक फामेसी, डा. सीएस राम प्रधानाचार्य फिजियोथेरेपी विभाग ने किया। उन्होंने कहा कि योग करने से



शरीर स्वस्थ रहता है। योग से जीवन पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। प्रतिदिन योग करने से शारीरिक और मानसिक बीमारियां दूर रहती हैं। बढ़ते तनाव को कम करने और लाइफस्टाईल से पैदा होने वाली समस्याओं को योग से दूर किया जा सकता है।

योगाभ्यास में फामेसी, फिजियोथेरेपी एवं डेंटल विभाग के छात्र एवं छात्राओं ने अपने योग दिवस लुत्फ उठाते हुए प्रण लिया कि वह अपनी दिनचर्या में योग से अपने शरीर एवं मानसिक क्षमता को बढ़ाने के लिये

प्रतिदिन योग करेंगे। इस आयोजन में आईटीएस दी एजुकेशन ग्रुप के चेयरमैन डा. आरपी चड्ढा एवं वाइस चेयरमैन अर्पित चड्ढा ने समस्त अध्यापक गण एवं छात्र-छात्राओं से कहा कि योग करने से शरीर मजबूत बनता है। योग से शारीरिक और मानसिक ऊर्जा में वृद्धि होती है। इस कार्यक्रम में डा. थंगराज प्रिंसिपल फिजियोथेरेपी, डा. मनोज कुमार शर्मा, डा. रोजलीन मिश्रा, डा. दीपक त्यागी, चैतन्य एवं कपिल शर्मा ने कार्यक्रम का संचालन किया।

## आईटीएस कैम्पस में किया गया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन



### शाह टाइम्स संवाददाता

मुरादनगर। आईटीएस कैम्पस फार्मसी, फिजियोथेरेपी एवं डेन्टल विभाग के परिसर में आजादी का 75 वां अमृत महोत्सव मनाया जा रहा है। जिसमें आठवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को मनाया गया। आयुष मंत्रालय की ओर से प्राप्त जानकारी के अनुसार इस साल योग फॉर ह्यूमैनिटी (योगा फॉर ह्यूमैनिटी) थीम चुनी गई है जिसका मतलब है मानवता के लिए योग है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस प्रतिवर्ष 21 जून को मनाया जाता है। यह दिन वर्ष का सबसे लम्बा दिन होता है जिसकी पहल भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 27 सितम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा में अपने भाषण से की थी जिसमें उन्होंने कहा था कि योग भारत की प्राचीन परम्परा का एक अमूल्य उपहार है यह दिमाग और शरीर की एकता का प्रतीक है, मनुष्य और प्रकृति के बीच सामंजस्य है विचार संयम और पूर्ति प्रदान करने वाला है तथा स्वास्थ्य और भलाई के लिए एक समग्र दृष्टिकोण को भी प्रदान करने वाला है। यह व्यायाम के बारे में नहीं है। लेकिन अपने भीतर एकता की भावना दुनिया और प्रकृति की खोज के विषय में है। इस कार्यक्रम में डा थंगराज प्रिंसिपल फिजियोथेरेपी, डा मनोज कुमार शर्मा, डा रोजलीन मिश्रा, डा दीपक त्यागी, चौतन्य एवं कपिल शर्मा ने कार्यक्रम का संचालन किया।