

## International Day of Yoga

21<sup>st</sup> June 2019

Dr. Bhim Rao Ambedkar College, University of Delhi

The International Day of Yoga was celebrated on 21/06/2019 in the college sports ground from 7:00 a.m. More than 250 students along with 30 college teachers performed a variety of yog asanas prescribed in the AYUSH protocol, 2019, Ministry of AYUSH, Govt. of India.

The students have been practicing yoga since 14/06/2019 under the guidance of yoga trainers from the Bharatiya Yog Sansthan. It is important to mention that the college facilitates practicing of yoga throughout the year since 2014 on every working day from 7:45-8:45 a.m.

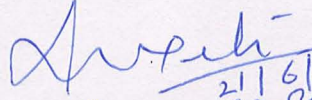
The International day of Yoga began at 7:00 a.m. with chanting of national song "Vande Matram" followed by Yog asanas, 'Gayatri Mantra', 'Shanti Path' and concluded with the singing of National Anthem.

The chief guest of the program, Dr. Pritam Sharma addressed the gathering and motivated the students to practice yoga in their everyday life. He also emphasised on following the laughter yoga to relieve the day-to-day stress in life.

Towards the end, college Principal Dr. G. K. Arora, and the convenor of the Yoga Committee Dr. Sangeeta Sharma addressed the gathering by highlighting the importance of yoga for synchronization of body, mind and soul and motivating students to adopt yog in their daily routine for happy and successful life. The students were also provided refreshment, certificate of participation and yoga literature.

The event ended with a vote of thanks to the yoga committee and the instructors for their all-out efforts in making the event a grand success.

Principal

  
21/6/19  
(Dr. Sangeeta Sharma)  
Convenor: Yoga Committee



DR. BHIM RAO AMBEDKAR COLLEGE  
(University of Delhi)



Main Wazirabad Road, Yamuna Vihar, Delhi-110094, Phones: 22814126, Telefax: 22814747  
Email: info@drbrambedkarcollege.ac.in; brambedkarcollege.du@gmail.com;  
principal@drbrambedkarcollege.ac.in; Website: www.drbrambedkarcollege.ac.in

Ref.No. BRAC/OP/ /

Dated: 21-06-2019

डॉ० भीम राव अम्बेडकर महाविद्यालय (दिल्ली विश्वविद्यालय) में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस - 21 जून 2019 को ~~व~~ प्रातः सात बजे से अत्यन्त उत्साह व समर्पण की भावना के साथ संपन्न हुआ। कार्यक्रम का प्रारंभ सर्वप्रथम ओम् ध्वनि व राष्ट्रीय गीत के साथ किया गया। इस कार्यक्रम में महाविद्यालय के लगभग 250 से अधिक छात्र-छात्राओं ने हर्षोल्लास के साथ भाग लिया। महाविद्यालय के शिक्षक व शिक्षिकाओं को मिलाकर यह संख्या 300 से भी अधिक रही, जिसमें भारतीय योग संस्थान के प्रशिक्षक भी उपस्थित रहे।

14 जून 2019 से प्रारंभ किया गया यह योगाभ्यास आज अपने चरम सीमा पर पहुँच गया जिसमें विभिन्न योग मुद्राओं को देखकर महाविद्यालय का प्रांगण कारतल ध्वनियों से गूँज उठा। कार्यक्रम के अंत में महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ० जी० के० अरोड़ा व योग कमेटी की संचालिका डॉ० संगीता शर्मा ने अपने आशीर्षकों द्वारा विद्यार्थियों का उत्साह वर्धन किया। इसके अतिरिक्त मुख्य-अतिथि डॉ० प्रीतम शर्मा (योगाचार्य) ने भी विद्यार्थियों को योग का महत्व बताते हुए उनका मार्गदर्शन किया। कार्यक्रम का समापन योग कमेटी के सदस्यों द्वारा राष्ट्र गान गाकर किया गया।

प्रेस विज्ञापित हेतु

*(Signature)*  
(डॉ० संगीता शर्मा)  
संचालिका (योग कमेटी)

*(Signature)*  
Principal  
21/6/19