अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग अभ्यास कार्यक्रम

संक्षिप्त रिपोर्ट

21st June 2024

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान

(शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार के अंतर्गत एक स्वायत्त संस्थान)

ए-24-25, सेक्टर - 62, नोएडा - 201 309

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान

दसवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर एनआईओएस द्वारा आयोजित योग कार्यक्रमों की संक्षिप्त रिपोर्ट

दसवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के सुअवसर पर एनआईओएस द्वारा मुख्य रूप से दो योग कार्यक्रम आयोजित किए गए -

- **21 जून 2024 को एनआईओएस मुख्यालय में आयोजित योग अभ्यास कार्यक्रम**
- **एनआईओएस एवीआई गांधी योग एवम् नेचुरोपैथी संस्थान, जयपुर में 15-16 जून 2024 को राष्ट्रीय स्तर पर योग प्रतियोगिता और एक राष्ट्रीय संगोष्ठी**

21 जून 2024 को एनआईओएस मुख्यालय में आयोजित योग अभ्यास कार्यक्रम

21 जून 2024 को एनआईओएस मुख्यालय में योग अभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ दीप प्रज्ज्वलन और माँ सरस्वती जी के पूजन से हुआ। माननीय सचिव महोदय श्री शकील अहमद जी ने कार्यक्रम में पधारे मुख्य अतिथि प्रोफेसर दिनेश चहल, विभागाध्यक्ष, अध्यापक शिक्षा विभाग, केन्द्रीय विश्वविद्यालय, महेन्द्रगढ़ (हरियाणा), का पुष्पगुच्छ, सॉल और एनआईओएस प्रतीक चिन्ह भेंट कर अतिथियों का स्वागत किया और एनआईओएस के सभी विभागाध्यक्ष, योग विशेषज्ञ, एनआईओएस के अधिकारी व कर्मचारीगण, और देशभर से जुड़े सभी प्रतिभागीजनों अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएँ देते हुए सबका स्वागत किया।

मुख्य अतिथि प्रोफेसर दिनेश चहल का स्वागत करते हुए

उन्होंने कहा कि वर्ष 2016 से एनआईओएस लगातार 'अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस' का आयोजन कर रहा है। देश भर में फैले अपने सभी क्षेत्रीय केन्द्रों, एवीआई योग प्रशिक्षण केंद्रों और शिक्षार्थियों के साथ एनआईओएस इस दिवस को मनाता है। कार्यक्रम का सजीव प्रसारण, एनआईओएस के मीडिया स्टुडियो से देश भर में किया जा रहा है। एनआईओएस के शिक्षार्थी, प्रशिक्षक, फ़ैकल्टी और सामान्य लोग सभी इससे लाभान्वित होते हैं।

इस कार्यक्रम में योग विशेषज्ञों, योग प्रदर्शकों और प्रशिक्षकों की सहभागिता सुनिश्चित की गई है ताकि हम सभी योग अभ्यास को अपने दैनिक जीवन का अभिन्न हिस्सा बना सके।

इस वर्ष दसवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम है - "स्वयं और समाज के लिए योग"

योग हमारे शरीर, मन और आत्मा को संतुलित करने का एक अनूठा तरीका है। इसमें शारीरिक अभ्यास, मानसिक एकाग्रता और आध्यात्मिक जागरूकता भी शामिल है। आज के तनावग्रस्त और चुनौतीपूर्ण जीवन में योग की भूमिका बहुत ही महत्वपूर्ण है।

एक बार मैं पुन: आप सभी का हार्दिक स्वागत करता हूँ। और इस पावन कार्यक्रम के लिए शुभकामनाएँ प्रेषित करता हूँ।

तत्पश्चात सामन्य योगाभ्यास कार्यक्रम प्रारम्भ किया गया। जिसमें एनआईओएस मुख्यालय, सभी क्षेत्रीय कार्यालयों को आभाषी माध्यम से जोड़ा गया। साथ ही पूरे देश में फैले कुछ अध्ययन केंद्र भी इसमें जुड़े। जिसमें सभी अधिकारी व कर्मचारीगणों, सभी क्षेत्रीय कार्यालयों और अध्ययन केंद्रों फ़ैकल्टी व स्टाफ और देशभर से जुड़े सभी प्रतिभागीजनों को भी आभाषी माध्यम से सामान्य योग अभ्यासक्रम कराया गया।

सामन्य योगाभ्यास क्रम का शुभारंभ ओम मंत्रोचार (चेंटिंग) से किया गया, तत्पश्चात यौगिक प्रार्थना कराई गई। सामान्य योग अभ्यासक्रम के अनुसार यौगिक सूक्षम क्रियाएँ, योगासन, कपालभाती, प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास प्रतिभागियों को कराया गया।

प्रतिभागियों ने सामान्य योग अभ्यासक्रम में हिस्सा लिया और विभिन्न आसनों और ध्यान का विशेष रूप से आनंद लिया।

योग अभ्यास करते एनआईओएस स्टाफ और पीएम ई विद्या और यू ट्यूब चैनल्स पर एनआईओएस मीडिया स्टुडियो से देश भर में योग कार्यक्रम का सीधा प्रसारण

अंत में आनंदमय जीवन की प्रेरणा के लिए योग गीत और फिर शांतिपाठ कराया गया। अंत में सभी धन्यवाद ज्ञापन किया गया।

उक्त कार्यक्रम में एनआईओएस मुख्यालय**, एनआईओएस** क्षेत्रीय कार्यालयो**, एवीआई अर्थात योग प्रशिक्षण केन्द्रों से लगभग 12 हजार** लोग जुड़ें।

देश भर में टी वी और यू-ट्यूब चेनल्स पर प्रसारण किया गया।

संस्थानों से योग अभ्यास की अभी तक जो छलकियां भेजी हैं**,** वह संलग्न हैं।

शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार के
YOGA
स्थान : महारानी महल, रजत पथ,

+2ली अकादमी फारबिसगंज

एनआईओएस एवीआई गांधी योग एवम् नेचुरोपैथी संस्थान, जयपुर में 15-16 जून 2024 को राष्ट्रीय स्तर पर योग प्रतियोगिता और एक राष्ट्रीय संगोष्ठी

एनआईओएस के एवीआई गांधी योग एवम् नेचुरोपैथी संस्थान, जयपुर द्वारा भी 15 जून को जयपुर योग प्रतियोगिता का आयोजन किया, जिसमें 120 प्रतिभागियों ने भाग लिया और योग हॉल में अतिथियों सहित लगभग 600 लोग उपस्थित रहे। योग की विभिन्न प्रतियोगिताओं में प्रथम श्रेणी के विजेताओं को 5100/- रुपए, द्वितीय श्रेणी के विजेताओं को 2100/- रुपए, श्रेणी के विजेताओं को 1100/- रुपए की धनराशि पुरस्कार के रूप में दी गई।

16 जून 2024 को राष्ट्रीय स्तर पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया, जिसमें देशभर के विभिन्न योग संस्थानों और महाविद्यालयों और विश्वविद्यालयों से लगभग 800 लोगों ने भाग लिया।

AYUSH
₹ 5100/-

श्रीमान भजन लाल जी शर्मा
मुख्यमंत्री राजस्थान
भारत सरकार एवं
YANI
आयोजक :
YOGA COMPETITION
₹ 1100/-
One Thousand One Hundred

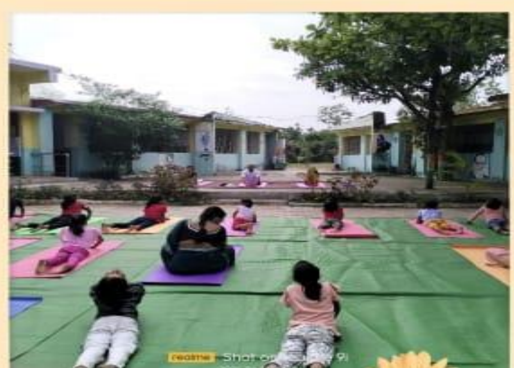
GYANI
आयोजक :

GYANI
आयोजक :
₹ 2100
2100/-

राष्ट्रीय मुक्त
C-06
C-07
₹ 1100/-
₹ 1100/-

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान
“ 10 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस ”
21 जून, 2024

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान
क्षेत्रीय केन्द्र, देहरादून
द्वारा आयोजित
“ 10 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस ”
21 जून, 2024



FORMALISM . ARTIST AND VISUAL

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान
क्षेत्रीय केन्द्र, देहरादून
द्वारा आयोजित
" 10 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस "
21 जून, 2024

दसवां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस
10th INTERNATIONAL DAY OF YOGA
योग अभ्यास क्रम समारोह-2024
COMMON YOGA PROTOCOL CELEBRATION-2024
दिनांक : 21 जून 2024
Date : 21 June 2024
समय : प्रातः 11 बजे से 12 तक
Time : 11:00 AM - 12:00 PM Onwards
राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान
NATIONAL INSTITUTE OF OPEN SCHOOLING