



DEPARTMENT OF YOGA EDUCATION
DOCTOR HARISINGH GOUR UNIVERSITY, SAGAR-470003 (M.P.)
(A Central University)



Detail Action Taken Report as per Performa

| Sr. No | Name of the University | University Location | Programs Held | Whether all activities with Audio/Video/Photographs have been uploaded as per enclosed NIC's Communication |
|--------|-----------------------------------|------------------------|--|--|
| 1. | Dr.Harisingh Gour Vishwavidyalya, | Sagar - Madhya Pradesh | <ol style="list-style-type: none">1. Yoga & Human Health Awareness Workshop2. Essay Competition/Quiz on-Application of Yoga3. Screening of short Films on Yoga4. Yoga Exhibition/Distribution of promotional literature on Yoga5. National Seminar on Yoga & Holistic Health6. Observance of Yoga Day (IDY-2017)7. Invited Lecture and Cultural Program /Prize Distribution. | Yes |

| Sr. No. | Programs Held | Date | Time | Place |
|---------|--|----------------------------------|---|--------------------------------------|
| 1. | Yoga & Human Health Awareness Workshop | 16-30 June 2017 | 06-08 AM | University Main Library Seminar Hall |
| 2. | Competition -Yoga Practices | 17-18 June 2017 | 07-10 AM | University Main Library Seminar Hall |
| 3. | Essay Competition/Quiz on-Application of Yoga | 19th June 2017 | 11-12 AM | Department of Yoga, Language Block |
| 4. | Screening of short Films on Yoga | 19th June 2017 | 02-04 PM | Department of Yoga, Language Block |
| 5. | Yoga Exhibition/Distribution of promotional literature on Yoga | 20-21 June 2017 | 12-01 PM | Department of Yoga, Language Block |
| 6. | National Seminar on Yoga & Holistic Health | 21th June 2017 22nd June 2017 | Inauguration : 8.00AM Valedictory : 03.00 PM | Gour Samadhi Parisar Seminar Hall |
| 7. | Observance of Yoga Day (IDY-2017) / Guest of Honor | 21st June 2017 | 06-09 AM | Gour Samadhi Parisar |
| 8. | Invited Lecture and Cultural Program /Prize Distribution. | 21st June 2017 | 03-05 PM | University Main Library Seminar Hall |

विश्वविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का भव्य आयोजन

संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए आजीवन योग को व्यवहारिक रूप से अपनाने की आवश्यकता- कुलपति

सागर: 21.06.2017- योग शिक्षा विभाग, डॉ. हरीसिंह गौर वि.वि., सागर द्वारा आज गौर समाधि परिसर में अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का मुख्य कार्यक्रम २१ जून २०१७ को गौर समाधि प्रांगण में प्रातः ६ से ८ बजे तक दीपप्रज्वलन कर मां सरस्वति एवं गौर जी की प्रतिमा पर माल्यार्पण कर कार्यक्रम का शुभारम्भ किया गया। कार्यक्रम विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो० राघवेन्द्र प्रसाद तिवारी की अध्यक्षता में, चण्डिगढ के प्रो० धनराज शर्मा के मुख्य आतिथ्य एवं भोपाल के महर्षि महेश योगी वैदिक विश्वविद्यालय के डा० निलिंप त्रिपाठी के विशिष्टातिथ्य में सम्पन्न हुआ।

कार्यक्रम का प्रारम्भ छात्र-छात्राओं द्वारा दैनिक प्रार्थनाओं से हुआ। इस अवसर पर आयुष मंत्रालय, भारत सरकार से प्राप्त योगाभ्यास क्रम -प्रोटोकाल का अभ्यास जिसके अंतर्गत सुक्ष्म व्यायाम, सभी प्रकार के सरल आसन-ताडासन, त्रिकोनासन, भद्रासन, उष्टासन, शंशाकासन, उत्तानपादासन, अर्धहलासन, पवनमुक्तासन, शवासन आदि, प्राणायाम जिसमें अनुलोम विलोम, नाडीशोधन, भ्रामरी आदि, ध्यान संकल्प एवं प्रार्थनाओं को भारी संख्या में प्रतिभागियों द्वारा किया गया। योग विभाग के विद्यार्थियों द्वारा अनुपम योगक्रियाओं जिसमें कठिन आसनों एवं मलखंब पर विभिन्न प्रकार के योगासनों का प्रदर्शन कर सभी का मन मोहा जिसमें पश्चिमोत्तानासन, धनुरासन, मयूरासन, शिर्षासन एवं गोमुखासन प्रमुख थे।

प्रोफेसर एवं योगविभागाध्यक्ष डा० गणेश शंकर गिरि ने अतिथियों का परिचय एवं स्वागत किया। कार्यक्रम की विस्तृत जानकारी देते हुए तृतीय अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के महत्व एवं स्वास्थ्य के प्रति जागरूक होने एवं योग को दैनिक जीवनचर्या के अभिन्न अंग रूप में अपनाने का आहवाहन किया। उन्होंने योग दिवस संबंधि अनेक गतिविधियों की चर्चा करते हुए १६ से ३० जून तक कार्यशाला, क्वीज प्रतियोगिताएं, चित्र प्रदर्शनी, चलचित्र प्रदर्शनी, द्विदिवसीय राष्ट्रीय संगोष्ठि एवं आमंत्रित विषय विशेषज्ञों के व्याख्यानों की जानकारी दी।

डा० निलिंप त्रिपाठी ने महर्षि पतंजलि के योगसूत्र की विस्तृत जानकारी देते हुए इसकी वैज्ञानिक समय में उपयोगिता बताते हुए राजयोग एवं अष्टांग योग के अंगों को जीवन में व्यवहारिक रूप में उतारने पर बल दिया। प्रो० धनराज शर्मा ने शिक्षा जगत में सरकारी एवं निजी संस्थानों में योग की अनिवार्यता एवं आवश्यक संसाधनों को जुटाने की आवश्यकता बताई। उन्होंने विश्वविद्यालय के देश के विश्वविद्यालयीय स्तर पर प्रथम योग शिक्षा विभाग की प्रशंसा करते हुए इसके द्वारा विगत ६ दशकों से भी अधिक चलाए जा रहे विभिन्न पाठ्यक्रमों को सूचारू रूप से चलाने पर भूरी भूरी सराहना की एवं इसके अधिक से अधिक विकास की आवश्यकता बताई।

कुलपति प्रो० राघवेन्द्र प्रसाद तिवारी जी ने इस अवसर पर अपने अध्यक्षीय उद्बोधन में विभाग द्वारा विभिन्न कार्यक्रमों के प्रस्तुतीकरण की सराहना करते हुए विश्वविद्यालय के प्रत्येक सदस्य को योग के व्यवहारिक स्वरूप को अपनाकर अपने जीवन को उल्लास एवं आन्नद से भरकर सुखपूर्वक एवं पूर्ण समर्पण के साथ अपने अपने क्षेत्र में विकास एवं उन्नति की कामना की।

कुलसचिव प्रो० निवेदिता मैत्रा ने कार्यक्रम को सूचारू रूप से आयोजन करने पर प्रसन्नता एवं आयोजन समिति के सभी सदस्यों का आभार माना। विशेष रूप से अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में देश के कोने कोने से पधारे अतिथियों, मीडिया एवं योगविभाग की टीम की प्रस्तुतियों के लिए आभार प्रकट किया।

इस अवसर पर शुभम नेमा ने मंच का संचालन किया । कार्यक्रम में विश्वविद्यालय परिवार के सभी कर्मचारी, विद्यार्थी, अधिकारी, शिक्षक, बडी संख्या में उपस्थित थे जिनमें प्रो० ए०पी०त्रिपाठी, प्रो० पुंताबेकर, डा० अरूण कुमार साव, श्री श्याम पाल, प्रो० अखिलेश दूबे, प्रो०चंदा बैन, प्रो० नवीन कांगो, प्रो० जे०डी० आही, प्रो० मेहता आदि प्रमुख रूप से उपस्थित थे।

योगविभागाध्यक्ष