



भाकृअनुप-भारतीय कृषि अनुसन्धान संस्थान, क्षेत्रीय केंद्र, पुणे
सर्वे सं. 125 ए, बाणेर फाटा, आई. टी. आई.रोड, औंध, पुणे-411007
ICAR-Indian Agricultural Research Institute, Regional Station, Pune
Survey No. 125A, BanerPhata, ITI Road, Aundh, Pune-411007



E-mail: head_pune@iari.res.in, Phone+20-25889968, Fax: 25889969

संख्या:

दिनांक: 24.6.16

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस - रिपोर्ट

भाकृअनुप-भारतीय कृषि अनुसन्धान संस्थान, क्षेत्रीय केंद्र, पुणे में 21 जून 2016 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर सुबह संस्थान के सभी कर्मचारियों ने योग के व भन्न व्यायाम कये। इस के उपरांत कार्यालय के योग की महत्ता तथा उसके द्वारा उन्हें हुए लाभ के वषय पर व्याख्यान तथा चर्चा की गयी। श्री सुभाष दामसे ने योग के व्यायाम के द्वारा उन्हें पीठ में होने वाले दर्द से हुए आराम के बारे में वस्तार से बताया। उन्होंने कमर दर्द को होने से बचाव के लए बैठने-उठने के सही तरीकों की जानकारी दी। शरीर को स्वस्थ रखने के लए पौष्टिक भोजन, नियम त व्यायाम तथा, ध्यान के महत्त्व को समझाया गया। सभी कर्मचारियों ने नियम त रूप से योगाभ्यास को जीवन में अपनाने का संकल्प लया।

हस्त.

(सुनील कुमार शर्मा)
अध्यक्ष (कार्यकारी)



वश्व योग दिवस के उपलक्ष मे भा. कृ. अनु. स.- क्षेत्रीय स्टेशन पुणे मे योग अभ्यास का आयोजन