प्रभात
छिपाएंगे नहीं, छापेंगे
facebook-Subharti Tv Twitter-Subharti Tv

क्रिकेट विश्व कप में आज
भारत बनाम अफगानिस्तान
स्थान: साउथम्पटन, भारतीय समयानुसार : अपराह्न 3 बजे
न्यूजीलैंड बनाम वेस्टइंडीज
स्थान: ओल्ड ट्रैफर्ड, समय : सायं 6 बजे

www.subhartimedia.com लखनऊ, शनिवार, 22 जून 2019, मूल्य : 2.00, पृष्ठ : 12 उत्तर प्रदेश–उत्तराखंड से प्रकाशित राष्ट्रमंडल खेल में नहीं होगी निशानेबाजी, भारत को झटका

वरिष्ठ जनों ने किया योग

लखनऊ । प्रभात

गोमतीनगर में वरिष्ठ जनों ने एल्डर्स हब व विरामखंड.5, जनकल्याण समिति ने योग शिविर का आयोजन किया। योग शिविर में योगासन सिखाने का कार्य प्रशिक्षित योग गुरू आरएस मिश्रा की देख.रेख में हुआ। कार्यक्रम पर महानिदेशक व वैदिक विज्ञान केंद्र के प्रभारी व कार्यक्रम के सन्योजक प्रो0 डॉ0 भरत राज सिंह ने कहा कि भारतीय इतिहास में योग का हमेशा महत्व रहा है और यह ही एक ऐसा शस्त्र है जिसके माध्यम से हम अपने मन.मस्तिष्क को साध सकते है और शरीर को स्वस्थ्य बना सकते हैं। योग शिविर में एक प्रपत्र का भी वितरण किया गया जिसमें योग के आठ महत्वपूर्ण भागों- यम, नियम, आसन, प्राणायाम प्रत्याहार धारणा ध्यान एवं समाधि का सार बताया गया है। आयोजन पर एल्डर्स हब व विरामखंड.5, जनकल्याण समिति के अध्यक्ष जीएन सिन्हा सचिव आरएस मिश्रा (डॉ.) भरत राज सिंह संयोजक, महानिदेशक (तकनीकी) एसएमएस डॉ0 पीएन सिंह लालजी सिह उमेश चंद तिवारी रामायण सिह गोरखानाथ निषाद जगदीश चंद साह एसबीएल मेहरोत्रा डीएस तिवारी एसएस मिश्रा आरएस श्रीवास्तव संतोष पांडेय आदि ने भारी उत्साह से इस योग शिविर में भाग लिया।