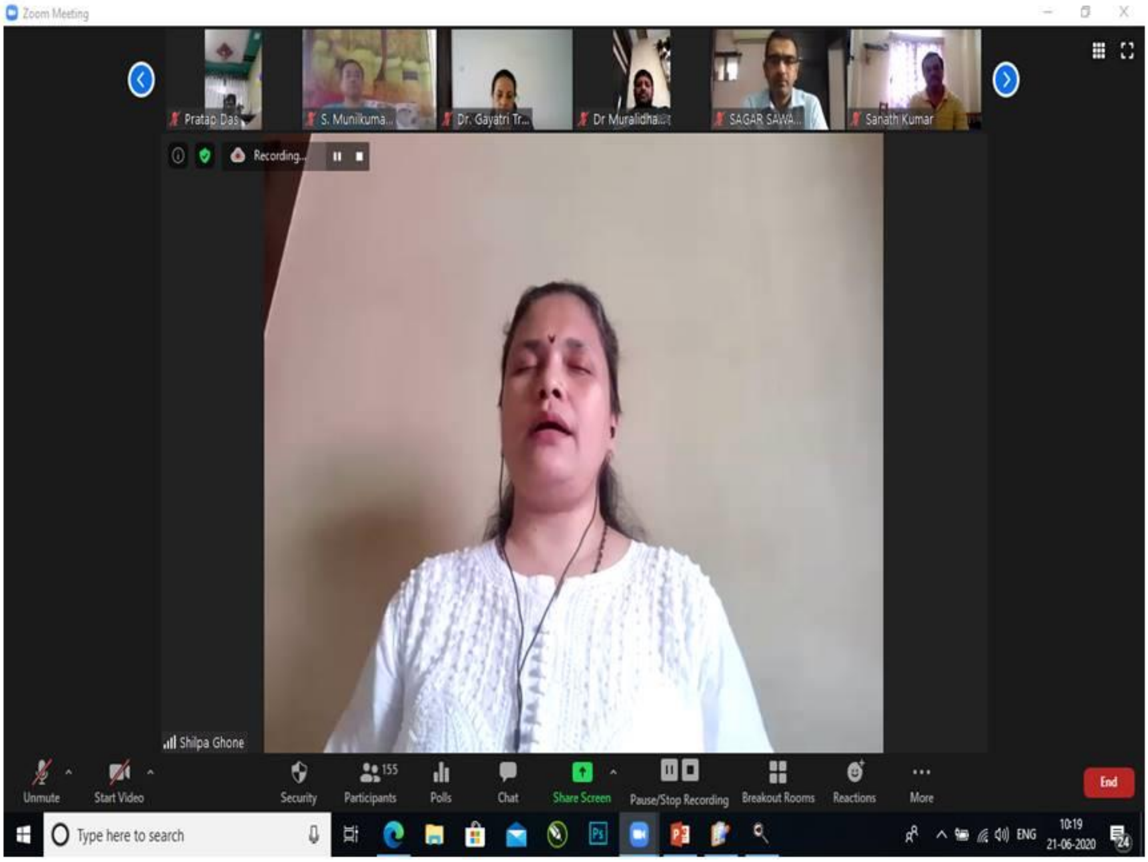
छठवां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस समारोह

21 जून, 2020

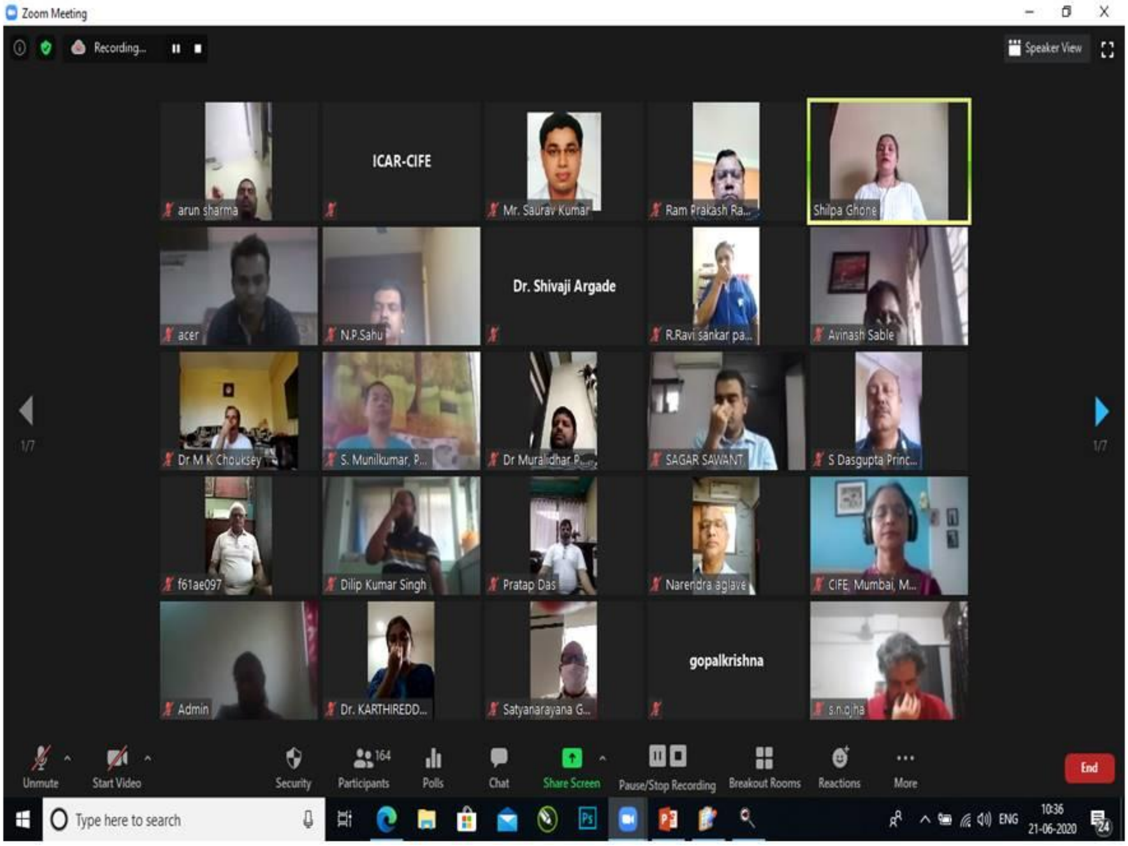
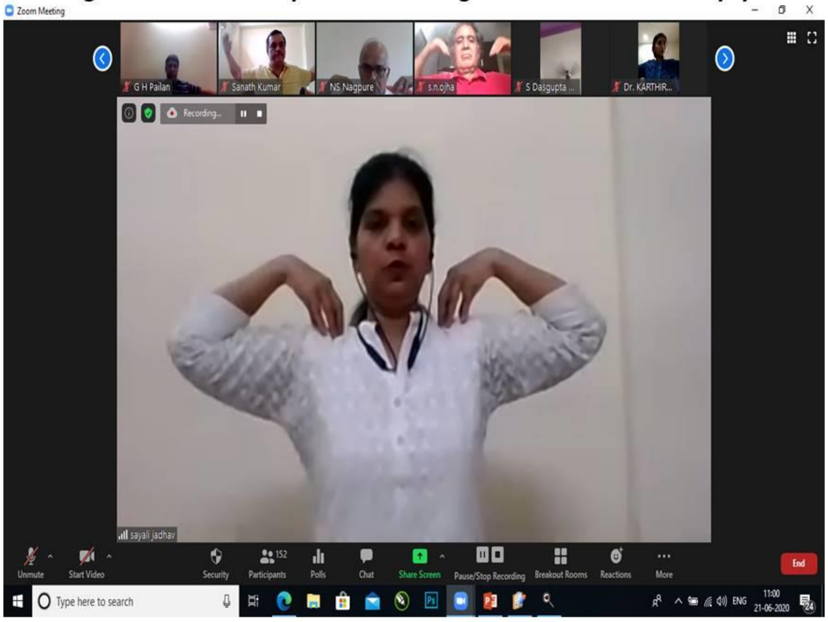
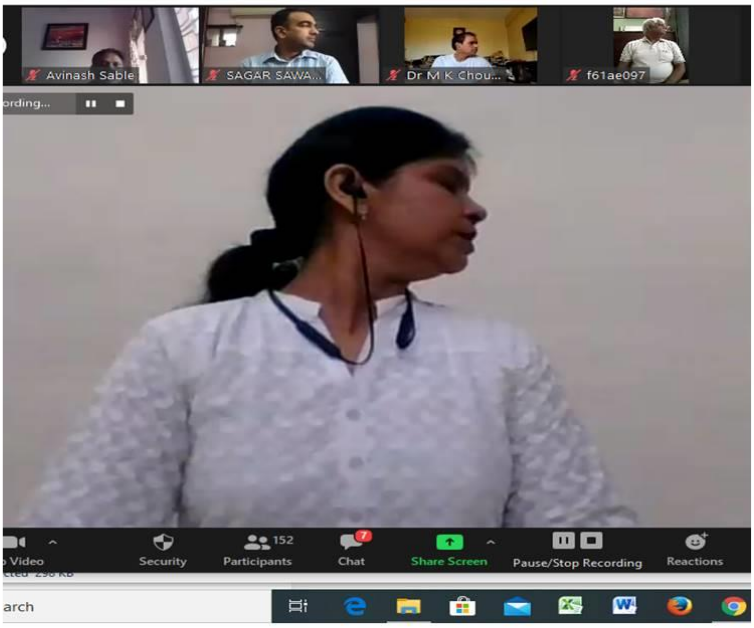
अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2020 को भा.कृ.अनु.प., केन्द्रीय मात्स्यिकी शिक्षा संस्थान ने पूरे उत्साह के साथ मनाया। इस वर्ष, सामाजिक दूरी को बनाए रखने के लिए वीडियो कॉन्फ्रेसिंग के माध्यम से योग दिवस मनाया गया। इस समारोह में संस्थान के विभागाध्यक्षों, केन्द्रों के प्रभारी अधिकारियों, वैज्ञानिकों, तकनीकी अधिकारियों, प्रशासनिक कर्मचारी एवं छात्र-छात्राओं सहित कुल 179 प्रतिभागियों ने भाग लिया। इस समारोह का विषय था "स्वास्थ्य के लिए योग - घर में योग।" समारोह का उद्घाटन डा. गोपाल कृष्णा, निदेशक एवं कुलपति, के.मा.शि.सं. के करकमलों द्वारा किया गया। निदेशक महोदय ने योग के अभ्यास के माध्यम से एक सकारात्मक और स्वस्थ वातावरण बनाने पर बल दिया। कार्यक्रम का समन्वयन डा. एन.एस. नागपुरे, नोडल अधिकारी, अंतरराष्ट्रीय योग दिवस और डा. मेघा बेडेकर द्वारा किया गया। योग विशेषज्ञ श्रीमती शिल्पा घोणे, पूर्व वरिष्ठ योग प्रशिक्षक, कैवल्यधाम, मुंबई ने अच्छे मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए तनाव को ठीक करने के लिए योग के महत्व को समझाते हुए प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास पर एक सत्र संचालित किया। श्रीमती सायली जाधव, विशेषज्ञ, योग प्रशिक्षक, कल्याण ने प्रतिरक्षा में सुधार के लिए योग का अभ्यास करने पर बल दिया। सभी प्रतिभागियों द्वारा त्राटक आसन, गर्दन और कंधे के आसन, त्रिकोण आसन और वृक्षासन जैसे सुखासन विद्या पर एक अभ्यास सत्र संचालित किया गया। समारोह का समापन "गुरुमंत्र एवं ओमकार" के जप के साथ किया गया।

Director and Vice-chancellor, ICAR CIFE, addressing the participants

Yoga Instructor Mrs Shilpa Ghone taking meditation session



ICAR CIFE participants



Yoga Instructor Mrs Sayali Jadhav taking session on Sukshama Vyayam