

Report on celebration of International Day of Yoga

भाकृअनुप-केंद्रीय गोवंश अनुसंधान संस्थान मेरठ ने 8वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया

भाकृअनुप-केंद्रीय गोवंश अनुसंधान संस्थान मेरठ ने 21 जून 2022 को "मानवता के लिए योग" विषय पर 8वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया। 8वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस आज़ादी का अमृत महोत्सव के हिस्से के रूप में मनाया गया।

प्रारंभ में डॉ उमेश सिंह, विभागाध्यक्ष प्रभारी गोवंश अनुवंशिकी एवं प्रजनन विभाग ने सभा को स्वागत किया और स्वस्थ जीवन शैली के लिए योग के अभ्यास के महत्व पर ज़ोर दिया।

इस अवसर पर पतंजलि योगपीठ, मेरठ के योग विशेषज्ञ श्री अनिल पांडे जी ने विभिन्न प्राणायामों एवं आसनों के लाभों के बारे में बताया। उन्होंने विभिन्न प्राणायामों एवं आसनों का भी प्रदर्शन किया और योग करते समय बरती जाने वाली सामान्य सावधानियों के बारे में भी बताया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह में संस्थान के कर्मचारियों ने भाग लिया। इस कार्यक्रम का संचालन डॉ नरेश प्रसाद प्रभारी विस्तार अनुभाग ने किया।

ICAR-Central Institute for Research on Cattle Meerut celebrated International Day of Yoga-2022

ICAR-Central Institute for Research on Cattle Meerut celebrated 8th International Day of Yoga on 21st June 2022 in line of the theme "Yoga for humanity". 8th International Day of Yoga was celebrated as part of Azadi ka Amrit Mahotsav.

At the outset, Dr. Umesh Singh, Head in-charge Cattle Genetics & Breeding Division welcomed the gathering and emphasized the importance of practicing yoga for healthy lifestyle.

On the occasion, Shri Anil Pandey Ji, yoga expert from Patanjali Yogpeeth, Meerut explained the benefits of different Pranayamas and Asanas. He also demonstrated various pranayamas and asanas and also informed the common precautions to be followed while performing yoga. Staffs of the institute attended the celebration of International Day of Yoga.



