

## आईसीएफएआई कॉलेज



कुम्हारी स्थित आईसीएफएआई विश्वविद्यालय में भी चतुर्थ योग दिवस मनाया गया। अध्ययनरत छात्र-छात्राओं को भी यह जानने का अवसर मिला कि किस तरह योगाभ्यास मस्तिष्क में एकाग्रता का प्रसार करता है।



## आईसीएफएआई विवि में योग दिवस

कुम्हारी। कुम्हारी स्थित आईसीएफएआई विश्वविद्यालय में अध्ययनरत छात्र-छात्राओं को यह जानने का अवसर मिला कि किस तरह योगाभ्यास मस्तिष्क में एकाग्रता का प्रसार करता है। शिक्षक रवि श्रीवास्तव ने तमाम तरह के आसनों की जानकारी दी। उन्होंने इन आसनों से होने वाले फायदे भी बताए। अंत में निरोगी रहने के लिए प्रत्येक दिन एक घंटा योग करने की शपथ दिलाई गई। इस अवसर पर विवि के विशेष कार्यभार अधिकारी एवं प्रभारी कुलपती टीपी दास (सेवानिवृत्त डीजीपी), प्रभारी कुलसचिव डॉ. रविकिरण प्राध्यापकगण, कर्मचारी एवं छात्र-छात्राएं उपस्थित थे।

पञ्चांग नौक से योगाभ्यास

योग दिवस 2018 (हरिभूमि, जून 2018)