

# स्वस्थ रहने का निःशुल्क साधन है योग

हंडिया(ब्यूरो)। महामाया राजकीय महाविद्यालय धनुपुर परिसर में तीन दिवसीय रोजर्स रेंजर्स शिविर का आयोजन किया गया है। शिविर के दूसरे दिन छात्र छात्राओं को योग एवं आत्मरक्षा का प्रशिक्षण दिया



गया। केंद्रीय विश्वविद्यालय इलाहाबाद के शारीरिक शिक्षा विभाग से आए प्रशिक्षक अंकित कुमार चौबे एवं शुभम पाण्डेय ने प्रशिक्षित किया। इस मौके पर संस्था की प्राचार्या डा.सुनन्दा चतुर्वेदी ने कहा कि स्वस्थ एवं संतुलित जीवन योग से ही संभव है। यह क्रिया निःशुल्क में ही मिल जाता है। योग एवं आत्म रक्षा प्रशिक्षण खास तौर पर छात्र छात्राओं के लिए महत्वपूर्ण है। डा.आदित्य नाथ एवं डा.प्रमिला वर्मा ने आभार जताया। इस मौके पर डा.अभिलाष सिंह, डा.जयदेव, डा.राजकरन पटेल, डा.विनोद कुमार, डा.सुनील विश्वकर्मा सहित शिक्षक व छात्र मौजूद रहे।















