

फा.सं. 43-1/2010-11/जीए
राष्ट्रीय शैक्षिक योजना एवं प्रशासन संस्थान
(मानित विश्वविद्यालय)
17-बी, श्री अरविंद मार्ग, नई दिल्ली-110016

दिनांक: 04.05.2022

परिपत्र

विषय: दिनांक 21/6/2022 को मनाया जाने वाला निर्धारित 8 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (आईडीवाई-2022) - नीपा में निरंतर समारोह - के संबंध में।

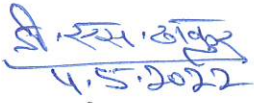
कार्यालय परिपत्र फा.सं.13-1.5/एओ/2022-23/ईवैन्ट्स दिनांक 20.04.2022 के अनुक्रम में, संस्थान में मनाए जा रहे योग कार्यक्रम का विवरण निम्नानुसार है:

योग कार्यक्रम का विवरण

क्र. सं.	दिनांक	समय	गतिविधि	विशेषज्ञ
1.	4 मई से 14 मई 2022	सांय 04:00 बजे से सांय 05:00 बजे तक (सोमवार, बुधवार एवं शुक्रवार)	कार्यालय के लिए योग और सूक्ष्म व्यायाम पर योग शिविर— आंखों के लिए व्यायाम, पीठ के लिए, गर्दन के लिए, घुटनों के लिए, ग्रीवा के लिए और गतिहीन जीवन शैली के कारण अन्य समस्याओं से निपटने के लिए व्यायाम	डॉ. अजय शास्त्री पीएचडी, डीवाईईडी योग केंद्र जेएनयू
2.	4 मई से 14 मई 2022	सांय 05:00 बजे से सांय 06:00 बजे तक (मंगलवार और गुरुवार)	लचीलेपन एवं वजन कम करने के लिए योग शिविर- कठोर व्यायाम एवं आसन	डॉ. अजय शास्त्री पीएचडी, डीवाईईडी योग केंद्र जेएनयू
3.	17 मई से 26 मई 2022	प्रातः 06.00 बजे से प्रातः 07.30 बजे तक	समग्र स्वास्थ्य और कल्याण के लिए दस दिवसीय योग शिविर - सूर्य: नमस्कार, सामान्य योग प्रोटोकॉल पर प्रशिक्षण	श्री उमेश बाबू, योग केन्द्र, जे एन यू
4.	23 मई 2022	सांय 03.30 बजे से सांय 05.00 बजे तक	योग एवं व्यक्तिगत स्वास्थ्य और कल्याण पर योग हेतु वक्तव्य	श्री उमेश बाबू योग केन्द्र जेएनयू
5.	27 मई 2022	सांय 03.30 बजे	शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य और योग	प्रोफेसर ताराकांत

		से सांय 05.00 बजे तक	संस्कृति के साथ कल्याण पर वक्तव्य	परमानिक प्रोफेसर, शारीरिक शिक्षा एवं योग, आईजीआईपीईएसएस, दिल्ली विश्वविद्यालय
6.	1 जून, 2022	सांय 03.30 बजे से सांय 05.00 बजे तक	कविता (स्वरचित अथवा अन्य के द्वारा) प्रतियोगिता- योग और स्वास्थ्य	आंतरिक गतिविधियाँ
7.	6 जून, 2022	सांय 03.30 बजे से सांय 05.00 बजे तक	योग से संबंधित विभिन्न आयामों पर एक्सटेम्पोर/निबंध लेखन/ डिबेट प्रतियोगिता	आंतरिक गतिविधियाँ
8.	13 जून, 2022	सांय 03.30 से सांय 05.00 बजे तक	आसन एवं सूर्य नमस्कार के प्रदर्शन पर प्रतियोगिता	आंतरिक गतिविधियाँ- बाह्य न्यायपीठ
9.	नीपा की लगातार जारी गतिविधि	प्रातः 06.00 बजे से प्रातः 07.00 बजे तक	नियमित प्राणायाम सत्र	डॉ. कश्यपी अवस्थी
10.	23 मई से 20 जून, 2022	सांय 04.30 बजे से सांय 05.00 बजे तक	रिफाइनिंग व्यायाम-3 ध्यान के साथ एसआरबी	डॉ. कश्यपी अवस्थी

उपर्युक्त कार्यक्रम 21/06/2022 योग दिवस तक प्रतिदिन जारी रहेगा। संसाधन व्यक्ति/विशेषज्ञ के परामर्श से योग दिवस के बाद भी कार्यक्रम को जारी रखा जाएगा।


4.5.2022
(डॉ. एस. ठाकुर)

प्रशासनिक अधिकारी (प्रभारी)

प्रति

संस्थान के सभी कर्मचारी

प्रतिलिपि:

1. कुलपति के वरिष्ठ निजी सचिव - माननीय कुलपति के सूचनार्थ
2. कुलसचिव के निजी सहायक
3. प्रोफेसर ए.के. सिंह, शैक्षिक नीति विभाग
4. डॉ. कश्यपी अवस्थी, एनसीएसएल/नोडल अधिकारी - योग दिवस
5. प्रशासनिक अधिकारी (प्रभारी)
6. सिस्टम एनालिस्ट