

8th INTERNATIONAL DAY OF YOGA - 2022 YOGA CAMP for COMMUNITY

(From 21st May to 21st June, 2022), Time -7.00am -8.45am



ORGANIZED BY



Indira Gandhi Institute of Physical Education & Sports Sciences
& IQAC, IGIPSS (University of Delhi)

Sub Theme: HEALTHY LIFESTYLE THROUGH YOGA
(On May 28, 2022, Saturday at 8.00 AM)

CHIEF GUEST



MR. SURENDER JAGLAN
Chairman, GB, IGIPSS



PROF. BALARAM PANI
Dean of Colleges, DU



Prof. Sandeep Tiwari
Principal (Officiating)



Prof. J. P. Sharma
Coordinator



Prof. Tarak Nath Pramanik
Co-coordinator



Prof. Samiran Chakraborty
Convener, IQAC

TEACHING STAFF, NON-TEACHING STAFF & STUDENTS



INDIRA GANDHI INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION & SPORTS SCIENCES

(University of Delhi)
B-Block, Vikaspuri, New Delhi-110 018.

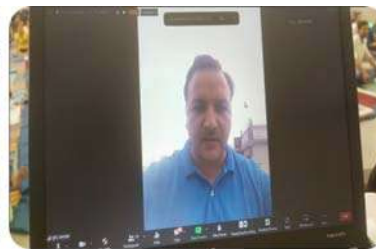


Yoga Camp

Date: 28/05/2022

Report

For 28/05/22 The chief guest was “**Prof. Balram Pani**” (Dean of Colleges, DU), other guests were “**Mr Surender Jaglan**” (chairman, GB, IGIPSS), “**Prof. Sandeep Tiwari**” (officiating principal of IGIPSS) other guests included “**Prof. J.P. Sharma**” (coordinator), “**Prof. Tarak Nath Pramanik**” (Co-coordinator) and “**Prof. Samiran Chakraborty**” (convener, IQAC), “**Prof. Ashok Kumar Singh**”, “**Prof. Rajbeer Singh**”, “**Prof. Snadhya Tiwari**”, “**Dr. Ekta Bhushan**”, “**Dr. Meenakshi**” and other Teaching and Non- Teaching members.



The program began at 7:00 a.m. with the yoga session.

The chief guest “**Prof. Balram Pani**” was welcomed by “**Prof. Sandeep Tiwari**”.



The Sub-theme for the day was Healthy Lifestyle through Yoga. The chief guest “**Prof. Balram Pani**” elaborated by saying that Yoga, which helps to keep your body & mind healthy also changes the way you live your life and it allows you to adopt a positive lifestyle.

Lastly a vote of thanks was delivered by Co-coordinator “**Prof. Tarak Nath Pramanik**”.

Prof. Tarak Nath Pramanik
Co-Coordinator, Yoga Camp



कार्यशाला की अध्यक्षता प्रोफेसर बालाराम पाणि (डीन कॉलेजों, डीयू) ने की, जो इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि थे। उपस्थित अन्य गणमान्य व्यक्तियों में संस्थान की संकाय समिति के अध्यक्ष श्री सुरेंद्र जागलान, प्रो. संदीप तिवारी (कार्यवाहक प्राचार्य), प्रो. जे.पी. शर्मा (कार्यक्रम समन्वयक), प्रो. तारक नाथ प्रमाणिक (सह-समन्वयक) प्रो. समीरन चक्रवर्ती (समन्वयक, आई.क्यू.ए.सी.), प्रो. अशोक कुमार सिंह, प्रो. राजबीर सिंह, प्रो. संध्या तिवारी, डॉ. एकता भूषण सत्संगी, डॉ. मीनाक्षी और संस्थान के अन्य शिक्षण और गैर-शिक्षण कर्मचारियों शामिल थे।

कार्यशाला का उप-विषय योग के माध्यम से स्वस्थ जीवन शैली था। अपने भाषण में मुख्य अतिथि प्रो. बालाराम पाणि ने बताया कि योग न केवल शरीर और दिमाग को स्वस्थ रखता है बल्कि व्यक्ति के जीवन जीने के तरीके को भी सकारात्मक तरीके से बदल देता है।



प्रतिवेदन 03

कार्यशाला

योग के माध्यम से
स्वस्थ जीवन शैली

28.05.2022