



भारत सरकार - रेल मंत्रालय
अनुसंधान अभिकल्प और मानक संगठन
लखनऊ - 226 011
EPBX (0522) 2451200
Fax (0522) 2458500

Government of India-Ministry of Railways
Research Designs & Standards Organisation
Lucknow - 226 011
DID (0522) 2450115
DID (0522) 2465310



प्रेस विज्ञप्ति

आरडीएसओ में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 मनाया गया

आरडीएसओ/लखनऊ में दिनांक 21.06.2023 को "वसुधैव कुटुम्बकम्" थीम के तहत अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2023 का आयोजन किया गया। योग भारत में उत्पन्न एक प्राचीन साधना है जो शरीर और मन के सामंजस्य को प्राप्त करने के लिए शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक गतिविधियों को जोड़ती है। नियमित रूप से योग करने के कई लाभ हैं। पहला योग दिवस 21 जून 2015 को मनाया गया था।

इस अवसर पर आरडीएसओ में बड़े उत्साह और जोश के साथ योग अभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मुख्य समारोह का आयोजन ऑफिसर्स क्लब आरडीएसओ में किया गया। आरडीएसओ के वरिष्ठ अधिकारियों ने योग प्रशिक्षक श्रीमती उमा रावत के मार्गदर्शन में बड़ी संख्या में योगाभ्यास किया। श्री शरद कुमार जैन, एडीजी/आरडीएसओ, श्री बी.पी. अवस्थी पीईडी /इन्फ्रा-II और आरडीएसओ के अन्य वरिष्ठ अधिकारी भी इस अवसर पर उपस्थित थे और उन्होंने योगाभ्यास किया।


ऑफिसर्स क्लब की भांति योग अभ्यास कार्यक्रम बैडमिंटन कोर्ट में भी आयोजित किया गया। योग प्रशिक्षक श्री सुरेश शर्मा के मार्गदर्शन में आरडीएसओ स्टाफ और उनके परिवार के सदस्यों ने बड़े उत्साह और उत्साह के साथ इस कार्यक्रम में भाग लिया। 45 मिनट के इस योग कार्यक्रम में करीब 50 अधिकारी एवं कर्मचारी वेबकास्ट के द्वारा भी शामिल हुए।

इसके अतिरिक्त आरडीएसओ के केंद्रीय विद्यालय स्कूल एवं मानक नगर इंटर कॉलेज में भी योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इन स्कूलों में शिक्षकों और छात्रों ने कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लिया और बड़ी संख्या में वहां योग अभ्यास किया। योग के महत्व को फैलाने के उद्देश्य से आरडीएसओ के प्रमुख स्थानों पर बैनर और पोस्टर भी लगाए गए।

सं पीआर / पब्लिसिटी / 23

दिनांक: 21.06.2023

कृपया उपर्युक्त समाचार को फोटोग्राफ सहित अपने प्रतिष्ठित समाचार पत्र में प्रकाशित करने की व्यवस्था करें।


(डॉ. आशीष अग्रवाल)
कार्यकारी निदेशक /प्रशासन

सेवा में ,

संपादक



भारत सरकार - रेल मंत्रालय
अनुसंधान अभिकल्प और मानक संगठन
लखनऊ - 226 011
EPBX (0522) 2451200
Fax (0522) 2458500

Government of India-Ministry of Railways
Research Designs & Standards Organisation
Lucknow - 226 011
DID (0522) 2450115
DID (0522) 2465310



PRESS RELEASE

International Day of Yoga -2023 Celebrated at RDSO

International Yoga Day -2023 was organized in RDSO/Lucknow under the theme "Vasudhaiva Kutumbakam" on 21.06.2023. Yoga is an ancient ascetic practice originated in India that combines physical, mental and spiritual pursuits to achieve harmony of the body and mind. There are numerous benefits of practicing yoga regularly. The first Yoga day was celebrated on June 21, 2015.

On this occasion a Yoga practice session was organized in RDSO with great enthusiasm and vigor. The main function was organized at Officers Club RDSO. Senior officers of RDSO practiced yoga with great enthusiasm under the guidance of yoga instructor Smt. Uma Rawat. Shri Sharad Kumar Jain, ADG/RDSO, Shri B. P. Awasthi PED/Infra-II and other senior officers of RDSO were also present on this occasion and practiced yoga.

A similar function was also organized at Badminton Court and RDSO staff and their family members participated in this program with great enthusiasm and zeal under the guidance of yoga instructor Shri Suresh Sharma. About 50 officials also joined the 45 minute yoga program through webcast.

Apart from this yoga programmes were also organised in Kendriya Vidyalaya School and Manak Nagar Inter College of RDSO. Teachers and students of these schools participated actively in this programme and practiced yoga in large numbers there. Banners and posters were also placed at prominent places of RDSO to spread the importance of yoga.

No.PR/ Publicity/23Dt. 21.06.2023

Kindly arrange to publish the above news item along with photograph in your esteemed daily newspaper.


(Dr. Ashish Agrawal)

Executive Director/ Admin

To,

The Editor,
