



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

आर.डी.एस.ओ. में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

आर.डी.एस.ओ./लखनऊ में अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन दिनांक 21.06.2019 को दो चरणों में किया गया। सुबह प्रतः 7:00 बजे आर.डी.एस.ओ. के आफिसर्स क्लब एवं जिम्नेजियम हॉल में योगाभ्यास का आयोजन किया गया। श्री ओ.पी. केसरी अपर महानिदेशक/आरडीएसओ एवं बड़ी संख्या में वरिष्ठ अधिकारियों, कर्मचारियों और उनके परिवार के सदस्यों ने प्रशिक्षित योग गुरु श्रीमती वंदना बरनवाल, राज्य प्रभारी (यूपी मध्य) पतंजली एवं श्री सुरेश कुमार शर्मा के निर्देशन और मार्गदर्शन में उक्त स्थलों पर योग अभ्यास किया। एक घंटे का कार्यक्रम भारत सरकार, आयुष मंत्रालय द्वारा जारी सामान्य योग अभ्यासक्रम (प्रोटोकॉल) के अनुसार आयोजित किया गया। योगाभ्यास के साथ साथ ही योग गुरु ने विभिन्न योग क्रियाओं के बारे में विस्तृत जानकारी दी।

दूसरे चरण में 11:30 बजे से आरडीएसओ के नए ऑडिटोरियम में योग गुरु श्रीमती वंदना बरनवाल ने "योग से जीवन प्रबंधन" विषय पर एक कार्यशाला का सफलतापूर्वक संचालन किया। इसमें उन्होंने योग की विभिन्न आयामों को समझाया तथा बताया कि योग केवल बिमारी ठीक करने की विद्या नहीं है बल्कि जीवन जीने का सम्पूर्ण तरीका है।

आरडीएसओ के अपर महानिदेशक/जीएएसएस श्री ओ. पी. केसरी, अपर महानिदेशक / एलटीआरआर श्री ए. के. मिश्रा तथा काफी संख्या में अधिकारी एवं कर्मचारीगण तथा उनके परिवार इस कार्यक्रम में उपस्थित रहे।

सं. पीआर/पब्लिसिटी/19

दिनांक 21.06.2019

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

नवीन कु सिंहा
(एन.के.सिन्हा) 21/06/19

कार्यकारी निदेशक/प्रशासन-1

एवं

जन संपर्क

सेवा में,
सम्पादक



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 Celebrated at RDSO

International Day of Yoga was celebrated at RDSO on 21.06.2019 in two stages. In the morning at 7:00 AM, Yoga practice as per the Common Yoga Protocol issued by AYUSH Ministry of Govt. of India was organized. This one hour programme was convened by trained yoga guru Smt. Vandana Baranwal and Shri Suresh Kumar Sharma at RDSO Officer's Club and Gymnasium. During Yoga practice they also detailed descriptions and benefits of different Yoga Asans. Smt. Barnwal is the Rajya Prabhari (UP Centre)/Patanjali.

In the second stage at 11:30 AM Smt. Barnwal held a one and half hour workshop on the subject "Life Management through Yoga". She explained about different aspects of Yoga and told that it is not just a way of treating illness, but a complete way of life.

Addl. Director General/GASS, Shri O.P.Kesri, Addl. Director General/LTRR, Shri A.K.Mishra and large number of RDSO officers and staff and their families were present and participated in both the programmes.

No.PR/Publicity/19

Dated: 21.06.2019

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


(N.K.Sinha) 21/6/19

Executive Dir./Admn-I & PR

The Editor/