

કિસાન માધ્યમિક વિદ્યાલય-લુણાવાડા

અહેવાલ

મહિલા સશક્તિકરણ પંખવાડિયું

મતા:-૧/૮/૧૯ થી ૧૪/૮/૧૯

તા:૧૪/૮/૧૯ ના રોજ “મહિલા શારીરિક સૌજવ દિવસ” અંતર્ગત અમારી શાળા કિસાન માધ્યમિક વિદ્યાલય-લુણાવાડા માં ઓડીટોયમ હોલમાં વિદ્યાર્થીઓને યોગ વિશે મહત્વ સમજવામાં આવ્યું હતું. તેમજ યોગ ગુરુ દ્વારા યોગ ના ફાયદા અને યોગ નાં પ્રકાર,યોગ કરીને એના વિશે માહિતી આપવામાં આવી હતી.PROJECTOR દ્વારા ઓનલાઈન યોગની માહિતી આપી હતી.યોગ પતંજલિ વિદ્યાપીઠ બાબા રામદેવ ના યોગ વિશે સમજ યોગ થી શરીર માં અનેક ફાયદા થાય છે. સરકાર શ્રી નાં આયોજન ની જાણકારી આપવામાં આવી હતી.હવે તો આખા વિશ્વ માં યોગ નું મહત્વ વધી ગયું છે.

“૨૨ જુન યોગ દિવસ તરીકે ઉજવામાં આવે છે.”

હવે તો “૧૫ મી AUGUST” અને “૨૬ મી JANUARY “ જેવા પર્વ દિવસે તો ખાસ યોગ પ્રદર્શન સરકાર શ્રી દ્વારા રાખવામાં આવે છે. જેથી કરીને વિદ્યાર્થીની ઓને યોગ નું મહત્વ સમજાય.

આજના આધુનિક યુગમાંયોગ નું મહત્વ દિવસે દિવસે વધતું જાય છે. જેથી SCHOOL માં સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ માં યોગ પ્રદર્શન કરવામાં આવે છે.દરેક વિદ્યાર્થી ને યોગ નું જ્ઞાન મળે.વિદેશો માં યોગ દિવસે દિવસે મહત્વ વધી રહ્યું છે.

→ “યોગ અને ગુરુ વગર જીવન અધૂરું છે.”


happyheart
YOGA
move. breathe. smile.





