S.M.PATEL COLLEGE OF HOME SCIENCE
VALLABH VIDYANAGAR
CELEBRATES
9th INTERNATIONAL DAY OF YOGA CELEBRATION – 2023-24
SEVEN DAYS YOGA WORKSHOP

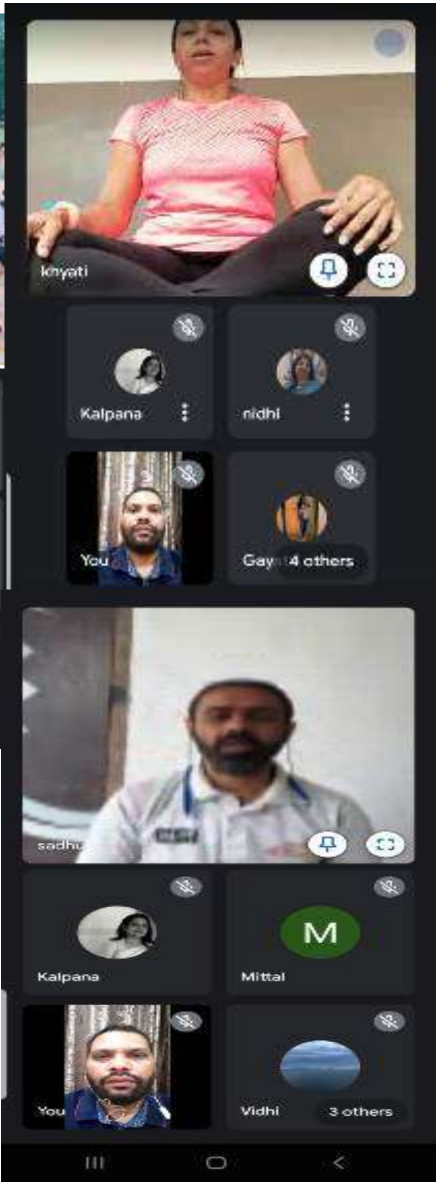
DATE	TIME	EXPERTS NAME	TOPIC
15/06/22	07:00 am. to 09:00 am	1. Naraharipr asad Sadhu Yoga Trainer & P.T.I (GPERI ,Mehsana) 2. Khyati Rana Yoga Trainer (Gujarat State Yoga Board)	Pranayama Sun Salutation Standing Asanas : Tadasana,Vrikshasana,Suryanamaskar Padhastasana,Natrajasana etc. Sitting Asana : Sukhasana,Vajrasana,Shashakasana,Vakrasana etc. Lying (front) Asanas : Pavanmuktasana,Uttanpadasana,Halasana, Pad Chakrasana,Shavasana etc. Lying (Back) Asanas : Makarasana,Sarpasana,Bhujangasana Salbhasana etc.
16/06/22	07:00 am. to 09:00 am		
17/06/22	07:00 am. to 09:00 am		
18/06/22	07:00 am. to 09:00 am		
19/06/22	07:00 am. to 09:00 am		
20/06/22	07:00 am. to 09:00 am		
21/06/22	06:00 am to 08:00 am		Celebrate IDY - 2022

Online Platform : Google meet

Link : https://meet.google.com/qtp-qdzo-wbr

S.M.PATEL COLLEGE OF HOME SCIENCE,VALLABH VIDYANAGAR

CELEBRATE INTERNATIONAL DAY OF YOGA - 2023



એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ દ્વારા યોગ દિવસ ની ઉજવણી

એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ

એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ દ્વારા શાસ્ત્રી મેદાન મુકામે યોજાયેલ ૯માં આંતર રાષ્ટ્રીય યોગ દિવસની ઉજવણીના કાર્યક્રમમાં આચાર્યા ડો. ભાવના ચૌહાણ, સમગ્ર સ્ટાફ તેમજ વિદ્યાર્થિનીઓએ ભાગ લઈ વિવિધ આસનો, પ્રાણાયામ અને ધ્યાનની પ્રવૃતિ કરી હતી.

વિશ્વ યોગ દિવસ ની ઉજવણી નો અહેવાલ

એસ એમ પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ

ચારુતર વિદ્યા મંડળ સંચાલિત એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ મુકામે વિશ્વ યોગ દિવસ ની ઉજવણી ના ભાગરુપે તા. ૧૫-૬-૨૩ થી ૨૧-૬-૨૩ દર્મિયાન પ્રિન્સિપાલ ના અધ્યક્ષ સ્થાને એક શિબિર નુ આયોજન કરવામાં આવ્યુ હતુ.જેમા ઓનલાઇન અને ઓફલાઇન એમ બે માધ્યમ દ્વારા યોગ ના આસનો,પ્રાણાયમ,સુર્યનમસ્કાર જેવી પ્રવ્વુતિઓ કરાવવામાં આવી હતી. જેમાં ડો.નરહરિપ્રસાદ સાધુ,(યોગ નિષ્ણાંત,મહેસાણા) અને ખ્યાતી રાણા (યોગ નિષ્ણાંત,આણંદ) ની સેવા નો લાભ લેવામાં આવ્યો હતો . આ શિબિર અને વિશ્વ યોગ દિવસ ની ઉજવણી માં કોલેજ ના પ્રિન્સિપાલ ડો.ભાવના ચૌહાણ ,ઈન્ચાર્જ પ્રિ.તૃષા લાડ ,કોલેજ ના ચાલુ વર્ષ નાં વિદ્યાર્થી મધ્યસ્થ સમિતી ના ઉપ પ્રમુખ ડો. મિત્તલ બારોટ ,કોલેજ નો સમગ્ર સ્ટાફ તેમજ વિદ્યાર્થિનીઓ એ ઉત્સાહ પુર્વક ભાગ લીધો હતો. તા. ૧૫,૧૬,૧૯,૨૦ જુન ના રોજ વિવિધ પ્રાણાયમ,આસનો અને ધ્યાન જેવી ક્રિયા ઓ કરાવવામાં આવી હતી. તા. ૧૭/૦૬/૨૦૨૩ ના રોજ સર્વ સ્ટાફ તેમજ વિદ્યાર્થીનીઓ સામુહિક સુર્યનમસ્કાર ના કાર્યક્રમ માં જોડાયા હતા.તા. ૨૧ મી જુન ના દિવસે શાસ્ત્રી મેદાન મુકામે સર્વે સ્ટાફ તેમજ વિદ્યાર્થીની ઓ વિશ્વ યોગ દિવસ ની ઉજવણી ના કાર્યક્રમ માં જોડાયા હતા. આ સમગ કાર્યક્રમ નુ સફળ સંચાલન આઇ.ક્યુ.એ.સી સેલ અને એન.એસ.એસ. વિભાગ ના સહયોગ થી વ્યાયામ યોગ અને ખેલકૂદ ધારા ના નેજા હેઠળ પી.ટી.આઇ શ્રી. રણજીત ભગોરા દ્વારા કરવામાં આવ્યુ હતુ.

આત્મીયતાનો અહેસાસ...
સરદાર ગુર્જરી
www.sardargurjari.com
E-mail : sgurjari2001@gmail.com
શનિવાર, તા. ૨૪ જુન, ૨૦૨૩
અષાઢ સુદ ૬, વિ.સં. ૨૦૭૯, Year-23, Issue-9, કિંમત રૂા. ૨-૦૦, પાન - ૮
facebook.com/sardargurjari.anand
R.N.I. REG.NO.GUJGUJ/2001/05931
P.O. REGD.NO: AND-308/2021-23
LIC. VALID UPTO 31-12-2023
તંત્રી : માલવ એ. પટેલ
સરદાર પ્રકાશન પ્રા. લિ., ચોક્સી એસ્ટેટ, સરદાર ગંજ, આણંદ. ફોન : (૦૨૬૯૨) ૨૬૮૨૬૭, ૨૬૬૨૬૭.

એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ

એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ દ્વારા શાસ્ત્રી મેદાન મુકામે યોજાયેલ ૯માં આંતર રાષ્ટ્રીય યોગ દિવસની ઉજવણીના કાર્યક્રમમાં આચાર્યા ડૉ. ભાવના ચૌહાણ, સમગ્ર સ્ટાફ તેમજ વિદ્યાર્થિનીઓએ ભાગ લઈ વિવિધ આસનો, પ્રાણાયામ અને ધ્યાનની પ્રવૃતિ કરી હતી.

આણંદ-ખેડા જિલ્લાનું એક માત્ર સાંધ્ય દૈનિક
RNI REGD NO.GUJGUJ/2008/34966
ચરોતરનો અવાજ
શુક્રવાર ૨૩ જુન- ૨૦૨૩
તંત્રી : અમિત જે. પરમાર,
(વર્ષ ૧૬, અંક-૧૦૫)
એફ-૧/૨, શીખર સ્કવેર કોમ્પલેક્ષ, બચપન સ્કૂલની સામે, ૧૦૦ ફૂટ રોડ, આણંદ. મો. ૯૩૭૬૩ ૯૯૯૯૪
શુક્રવાર તા. ૨૩-૬

એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ દ્વારા યોગ દિવસ ની ઉજવણી

આણંદ, તા.૨૩ ચારુતર વિદ્યા મંડળ સંચાલિત એસ.એમ.પટેલ કોલેજ ઓફ હોમ સાયન્સ દ્વારા શાસ્ત્રી મેદાન મુકામે યોજાયેલ ૯ માં આંતર રાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ ની ઉજવણી ના કાર્યક્રમ માં ભાગ લીધો હતો.કોલેજ ના આચાર્યા ડૉ.ભાવના ચૌહાણ સમગ્ર સ્ટાફ તેમજ વિદ્યાર્થીની ઓ એ ખુબ ઉત્સાહ સાથે ભાગ લીધો હતો અને વિવિધ આસનો ,પ્રાણાયમ , ધ્યાન જેવી પ્રવૃત્તિ કરી હતી. કોલેજ ના આચાર્યા ડૉ.ભાવના ચૌહાણ એ વિદ્યાર્થીની ઓ ને યોગ આજ ની વર્તમાન સમય માટે કેમ ઉપયોગી છે તેના વિશે માહિતી આપી હતી અને યોગ ને આપણા જીવન નો ભાગ બનાવી રોજે રોજ યોગ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કર્યા હતા. આ સમગ્ર કાર્યક્રમ આંતર રાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ ના પ્રોટોકોલ મુજબ કરવામાં આવ્યો હતો. સમગ્ર કાર્યક્રમ નુ સફળ સંચાલન આઈ.ક્યુ.એ.સી. સેલ ના સહયોગ થી રમત ગમત વિભાગ ના શ્રી રણજીત ભગોરા દ્વારા કરવામાં આવ્યુ હતુ.અંત માં સર્વે નો આભાર માની આ કાર્યક્રમ ને પૂર્ણ જાહેર કરવામાં આવ્યો હતો.