

Lucknow: विराम-5 के बुजुर्गों ने बड़े उत्साह से मनाया 9वाँ अंतर्राष्ट्रीय योगा दिवस -2023



विराम-5 के बुजुर्गों ने बड़े उत्साह से मनाया 9वाँ अंतर्राष्ट्रीय योगा दिवस -2023

लखनऊ। 22 जून 2023

आज दिनांक 21 जून 2023 को वासंती पार्क (नया नाम : शहीद चंद्र शेखर आजाद पार्क), में विराम-5 के बुजुर्गों ने बड़े उत्साह के साथ मनाया। इस अवसर पर डॉ. भरत राज सिंह, अध्यक्ष व पर्यावरण, विराम-5 जनकल्याण समिति के सदस्यों व निवासियों के साथ ॐ उच्चारण के साथ बृच्छासन, ताड़ासन, तृकोनासन

किया । उसके पश्चात भस्तिका, कपालभाती व प्रणायाम कराया गया । सभी ने योग को निरंतर करने का संकल्प दिलाया, जिससे भारत की पौराणिक धरोहर का उपयोग कर 'वासुदेवकुटुंबकम्' की भावना विश्व में जागृत हो।



इस अवसर पर, विराम खण्ड-5 जनकल्याण महासमिति के उपाध्यक्ष, एस.बी.एल. मल्होत्रा, श्री उमेश तिवारी, सैवानिवृत्त आई.ए.एस., श्री गोरख प्रसाद निषाद, पूर्व-मंत्री, अरुन अवस्थी, श्री तलवार आदि उपस्थित रहे ।

डॉ० भरत राज सिंह

अध्यक्ष, विराम-5, गोमतीनगर जन कल्याण समिति, लखनऊ

Mob: 9415025825; Email: brsinghlko@yahoo.com

<https://ghoomtaaina.in/lucknow-the-elders-of-viram-5-celebrated-9th-international-yoga-day-2023-with-great-enthusiasm/>