APEX WELCARE TRUST | AIAMH | Ministry of Ayush Government of India | विकसित भारत अभियान 1947 TO 2047 | NCISM National Commission for Indian System of Medicine | All India Institute of Ayurveda

12वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

21 जून, 2026

थीम : "स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योग"

विभागाध्यक्ष - वैद्य. कुलाल मलेशा रउबा

वैद्या. नीलिमा उपाध्येय | वैद्य. सत्यनारायण यादव | वैद्य. कलोल पाण्डेय

योग शिक्षक - इन्द्रसेन भारत

आयोजक स्वस्थ वृत्त एवं योग विभाग

एपेक्स इंस्टिट्यूट ऑफ आयुर्वेदिक मेडिसिन एण्ड हॉस्पिटल

एन एच–35, समसपुर, चुनार, मीरजापुर – 231304

APEX WELCARE TRUST | AIAMH | Ministry of Ayush Government of India | विकसित भारत अभियान 1947 TO 2047 | NCISM National Commission for Indian System of Medicine | All India Institute of Ayurveda

12 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

16 से 21 जून 2026 | प्रातः 6:00 से 7:00 बजे तक

स्थान : चुनार घाट एवं सुरभि शोध संस्थान, चुनार

आयोजक स्वस्थ वृत्त एवं योग विभाग

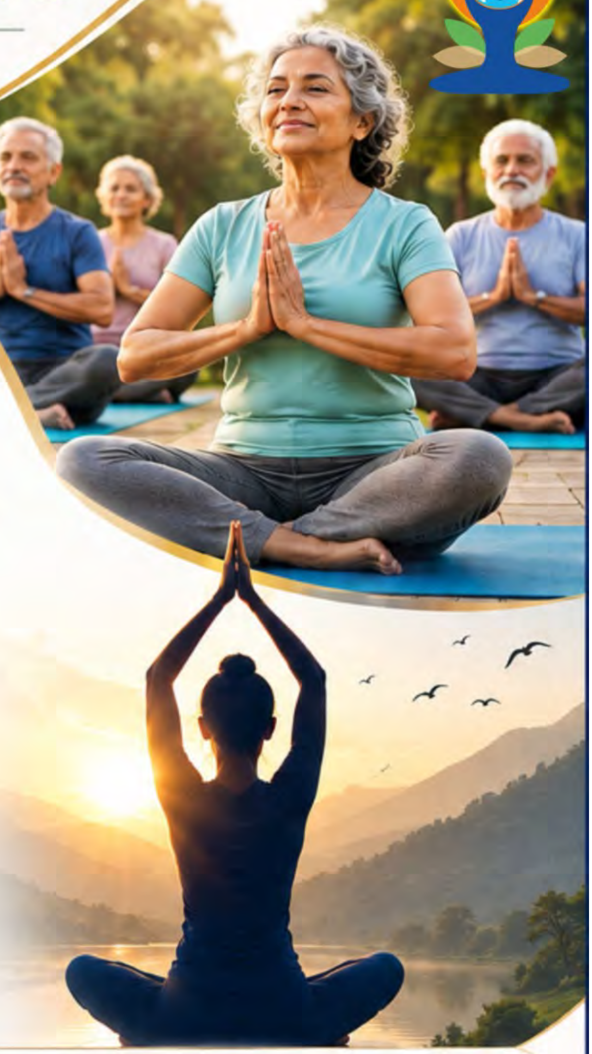
एपेक्स इंस्टिट्यूट ऑफ आयुर्वेदिक मेडिसिन एण्ड हॉस्पिटल

नेशनल हाइवे-35 समसपुर, चुनार, मिर्जापुर (उ.प्र.) 231304 | 9651911515, 7522063706

Yoga Today, Stronger Tomorrow

APEX INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
AIMS

12th INTERNATIONAL DAY OF YOGA 2026



Theme

YOGA FOR HEALTHY AGEING

STRONG BODY | CALM MIND | BETTER HEALTH | HAPPIER LIFE

DATE
21 June, 2026
(Sunday)

TIME
08:00 AM
Onwards

VENUE
Apex Yoga Chetna Kendra,
Apex Trust Premises, Samaspur

PARTICIPANTS
All Students, Faculty Members & Staff

All Colleges/Institutions of the Region are Invited to Participate in the Celebration of International Yoga Day 2026.

PATRON
Prof. Dr. S.K. Singh
Chairman
Apex Trust Institute

CO-PATRON
Dr. Swaroop Patel
Director
Apex Trust Institute

CO-PATRON
Dr. Ankita Patel
Director
Apex Trust Institute

IN ASSOCIATION WITH
Prof. Dr. Sunil Mistry
Dean, AIAMH

Prof. Dr. P.K. Singh
Principal, AIAMH

Prof. Dr. Gopi S.S.
Principal, ATNC

Prof. Dr. P. K. Rai
Academic Head, AIAMH

YOGA INSTRUCTOR
Indrasen Bharat
AIAMH

CO-ORDINATORS
Mr. Sanjay Chaurasia
Assistant Professor, AIP

Dr. Kalol Pandey
Assistant Professor, AIAMH

Dr. Sahil George Lal
Associate Professor, ATNC & AIPS

Students, Faculty Members & Staff of All Institutions are Cordially Invited

Organised by

Apex Institute of Medical Sciences & Hospital
Apex Institute of Ayurvedic Medicine & Hospital
Apex Institute of Pharmacy
Apex Trust Nursing College & Institute of Allied Health (Paramedical) Sciences

Yoga for Healthy Ageing
APEX INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
AIMS
अंतर्राष्ट्रीय
योग दिवस
21 जून 2026
योग को बनाएं जीवन का आधार,
स्वस्थ शरीर और शांत मन से करें
स्वस्थ आयु एवं उज्ज्वल भविष्य का निर्माण।
QUALITY, HEALTH CARE & EDUCATION WITH CHARITY
APEX
WELCARE
TRUST
APEX TRUST INSTITUTE & HOSPITAL
Ayurveda | Pharmacy | Nursing | Paramedical | Healthcare
Samaspur, Chunar, Mirzapur | 24x7 Helpline No. 911-960-1990

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100412° Long 82.851653°
Sunday, 21/06/2026 07:16 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100603° Long 82.851888°
Sunday, 21/06/2026 07:21 AM GMT +05:30
Google

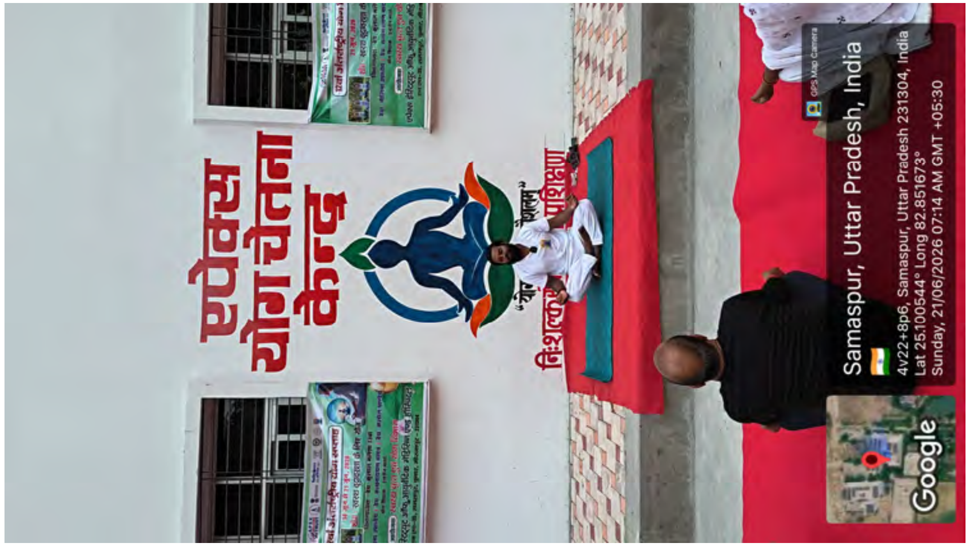
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100425° Long 82.851662°
Sunday, 21/06/2026 07:15 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100434° Long 82.85173°
Sunday, 21/06/2026 07:19 AM GMT +05:30
Google

योग चेतना
केन्द्र
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100571° Long 82.851686°
Sunday, 21/06/2026 07:14 AM GMT +05:30
Google

Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100492° Long 82.851703°
Sunday, 21/06/2026 07:15 AM GMT +05:30
Google

Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.10058° Long 82.85169°
Sunday, 21/06/2026 07:14 AM GMT +05:30
Google


एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100544° Long 82.851673°
Sunday, 21/06/2026 07:14 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Google
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100509° Long 82.851671°
Sunday, 21/06/2026 07:22 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100387° Long 82.851607°
Sunday, 21/06/2026 07:22 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100543° Long 82.851746°
Sunday, 21/06/2026 07:21 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100428° Long 82.851605°
Sunday, 21/06/2026 07:22 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100528° Long 82.851678°
Sunday, 21/06/2026 07:27 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100463° Long 82.851571°
Sunday, 21/06/2026 07:31 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100438° Long 82.851696°
Sunday, 21/06/2026 07:25 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100503° Long 82.851687°
Sunday, 21/06/2026 07:27 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100526° Long 82.851639°
Sunday, 21/06/2026 07:32 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100433° Long 82.851606°
Sunday, 21/06/2026 07:35 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100526° Long 82.851639°
Sunday, 21/06/2026 07:31 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100537° Long 82.851729°
Sunday, 21/06/2026 07:34 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100337° Long 82.85164°
Sunday, 21/06/2026 07:36 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100436° Long 82.851642°
Sunday, 21/06/2026 07:37 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100365° Long 82.851605°
Sunday, 21/06/2026 07:35 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
"योगः कर्मसु कौशलम्"
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100364° Long 82.851654°
Sunday, 21/06/2026 07:36 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100401° Long 82.851618°
Sunday, 21/06/2026 07:38 AM GMT +05:30
Google
GPS Map Camera

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100404° Long 82.851488°
Sunday, 21/06/2026 07:41 AM GMT +05:30
Google
GPS Map Camera

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100405° Long 82.851616°
Sunday, 21/06/2026 07:38 AM GMT +05:30
Google
GPS Map Camera

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100403° Long 82.851619°
Sunday, 21/06/2026 07:38 AM GMT +05:30
Google
GPS Map Camera

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100517° Long 82.851562°
Sunday, 21/06/2026 07:42 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100422° Long 82.851623°
Sunday, 21/06/2026 07:42 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100539° Long 82.851598°
Sunday, 21/06/2026 07:42 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100512° Long 82.851583°
Sunday, 21/06/2026 07:42 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100395° Long 82.851662°
Sunday, 21/06/2026 07:42 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100349° Long 82.85154°
Sunday, 21/06/2026 08:03 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.10042° Long 82.851624°
Sunday, 21/06/2026 07:42 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+6qm, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100395° Long 82.851675°
Sunday, 21/06/2026 07:42 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100485° Long 82.851522°
Sunday, 21/06/2026 08:06 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+2jp, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100392° Long 82.851551°
Sunday, 21/06/2026 08:03 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.10047° Long 82.851605°
Sunday, 21/06/2026 08:06 AM GMT +05:30
Google

स्वस्थ वृत्त एवं योग विभाग
ऑफ़ आयुर्वेदिक मेडिसिन एण्ड हॉस्पिटल
एच-35, समसपुर, चुनार, मीरजापुर
“योगः कर्मसु कौशलम्”

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100579° Long 82.851689°
Sunday, 21/06/2026 07:14 AM GMT +05:30
Google

एपेक्स
योग चेतना
केन्द्र
GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100582° Long 82.851632°
Sunday, 21/06/2026 07:13 AM GMT +05:30
Google

CHUNAR

GPS Map Camera
Tammanpatti, Uttar Pradesh, India
4vgg+mx2, Bangali Ln, Tammanpatti, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.12661° Long 82.877244°
Tuesday, 16/06/2026 06:40 AM GMT +05:30
Google

CHUNAR

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100809° Long 82.851768°
Wednesday, 17/06/2026 06:43 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Tammanpatti, Uttar Pradesh, India
4vgg+mx2, Bangali Ln, Tammanpatti, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.126606° Long 82.877241°
Tuesday, 16/06/2026 06:40 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100809° Long 82.851768°
Wednesday, 17/06/2026 06:44 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Mirzapur,Uttar Pradesh,India
Degree College Chunar Road, Chunar, Mirzapur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095166, Long 82.860972
Thursday, 18/06/2026 06:17 AM GMT+05:30
Note : Captured by GPS Map Camera

GPS Map Camera
Google
Samaspur, Uttar Pradesh, India
3vw6+323, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095355° Long 82.860642°
Thursday, 18/06/2026 06:53 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
4v22+8p6, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.100809° Long 82.851768°
Wednesday, 17/06/2026 06:38 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Mirzapur,Uttar Pradesh,India
Degree College Chunar Road, Chunar, Mirzapur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095330, Long 82.861245
Thursday, 18/06/2026 07:10 AM GMT+05:30
Note : Captured by GPS Map Camera

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
3vv6+wmx, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095359° Long 82.861323°
Friday, 19/06/2026 07:40 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
3vv6+wmx, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095092° Long 82.861087°
Friday, 19/06/2026 07:10 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
3vv6+wmx, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095147° Long 82.860921°
Thursday, 18/06/2026 06:53 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Samaspur, Uttar Pradesh, India
3vv6+wmx, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095124° Long 82.86102°
Friday, 19/06/2026 07:10 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Google
Samaspur, Uttar Pradesh, India
3vv6+wmx, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095257° Long 82.86125°
Friday, 19/06/2026 06:16 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Ishwarpatti, Uttar Pradesh, India
4vhh+gmx, Chunar Fort Rd, Ishwarpatti, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.129613° Long 82.87743°
Saturday, 20/06/2026 06:56 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Chunar, Uttar Pradesh, India
4v35+mx5, Chunar, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.104048° Long 82.860865°
Friday, 19/06/2026 06:39 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Google
Samaspur, Uttar Pradesh, India
3vv6+wmx, Samaspur, Uttar Pradesh 231304, India
Lat 25.095023° Long 82.861134°
Friday, 19/06/2026 06:16 AM GMT +05:30

GPS Map Camera
Ishwarpatti, Uttar Pradesh, India
4vhh+gmx, Chunar Fort Rd, Ishwarpatti, Uttar Pradesh
231304, India
Lat 25.12957° Long 82.877338°
Saturday, 20/06/2026 06:52 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Ishwarpatti, Uttar Pradesh, India
4vhh+gmx, Chunar Fort Rd, Ishwarpatti, Uttar Pradesh
231304, India
Lat 25.129617° Long 82.877388°
Saturday, 20/06/2026 06:51 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Ishwarpatti, Uttar Pradesh, India
4vhh+gmx, Chunar Fort Rd, Ishwarpatti, Uttar Pradesh
231304, India
Lat 25.129552° Long 82.877301°
Saturday, 20/06/2026 06:52 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Ishwarpatti, Uttar Pradesh, India
4vhh+gmx, Chunar Fort Rd, Ishwarpatti, Uttar Pradesh
231304, India
Lat 25.129695° Long 82.877383°
Saturday, 20/06/2026 06:52 AM GMT +05:30
Google

दैनिक भास्कर
epaper.dainikbhaskarup.com
23 Jun 2026 - DB Lucknow 23 June 202610

12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर एपेक्स मेडिकल शिक्षण संस्थानों मे भव्य योगाभ्यास का हुआ आयोजन

भास्कर ब्यूरो

चुनार, मिर्जापुर। 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राष्ट्रीय आयुर्वेद आयोग (एनसीआईएसएम), आयुष मंत्रालय, फार्मेसी काउंसिल ऑफ इंडिया, चिकित्सा विज्ञान राष्ट्रीय परीक्षा बोर्ड, नई दिल्ली एवं अटल बिहारी वाजपेयी मेडिकल यूनिवर्सिटी, लखनऊ के निर्देशानुसार एपेक्स वेलकेयर ट्रस्ट द्वारा संचालित आयुर्वेद, फार्मेसी, ट्रस्ट नर्सिंग एवं एलाइड हेल्थ पैरामेडिकल शिक्षण संस्थानों में "स्वस्थ आयु के लिए योग" थीम पर भव्य योगाभ्यास एवं जनजागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आयोजन एपेक्स ट्रस्ट के चेयरमैन प्रो. डॉ. एस.के. सिंह एवं डीन प्रो. डॉ. सुनील मिस्त्री के मार्गदर्शन में सम्पन्न हुआ। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस से पूर्व आयोजित योग सप्ताह के अंतर्गत चुनार घाट एवं सुरभि शोध संस्थान, चुनार में निःशुल्क योग प्रशिक्षण एवं अभ्यास शिविर भी आयोजित किए गए, जिनमें बड़ी संख्या में स्थानीय नागरिकों एवं विद्यार्थियों ने सहभागिता की। योग प्रशिक्षक इन्द्रसेन भारत ने प्रतिभागियों को ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन, अनुलोम-विलोम, भ्रामरी तथा कपालभाति सहित विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास कराया। तीन चरणों में आयोजित इस योगाभ्यास कार्यक्रम में 300 से अधिक छात्र-छात्राओं, शिक्षकों एवं कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता कर योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने का संकल्प लिया। योग दिवस के अवसर पर छात्रों में रचनात्मकता एवं योग के प्रति जागरूकता को बढ़ावा देने के उद्देश्य से आयोजित "योग रील/वीडियो प्रतियोगिता" के विजेताओं की भी घोषणा की गई। प्रतियोगिता में बीएएमएस 2025 बैच की ऋतिका केशरी ने प्रथम, डी.फार्मा 2017 बैच की योगिता मिश्रा ने द्वितीय तथा बीएएमएस 2025 बैच की मुस्कान कुमारी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। सभी विजेताओं को संस्थान की ओर से ई-प्रशस्ति पत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर एपेक्स आयुर्वेद के प्रधानाचार्य प्रो. डॉ. पी.के. सिंह, एकेडमिक हेड प्रो. डॉ. पी.के. राय तथा ट्रस्ट नर्सिंग कॉलेज के प्रधानाचार्य प्रो. गोपी एस.एस. ने अपने संबोधन में कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ, संतुलित एवं अनुशासित जीवन जीने की एक समग्र वैज्ञानिक पद्धति है। इस अवसर पर संस्थान के समस्त फैकल्टी सदस्य, कर्मचारी एवं छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

एपेक्स मेडिकल शिक्षण संस्थान में किए योगाभ्यास

चुनार। 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एपेक्स वेलकेयर ट्रस्ट के आयुर्वेद, फार्मेसी, ट्रस्ट नर्सिंग एवं एलाइड हेल्थ पैरामेडिकल शिक्षण संस्थानों में स्वस्थ आयु के लिए योग थीम पर योगाभ्यास एवं जनजागरूकता कार्यक्रम हुआ। चेयरमैन प्रो. डॉ. एसके सिंह एवं डीन प्रो. डॉ. सुनील मिस्त्री के मार्गदर्शन में सम्पन्न हुआ। योग प्रशिक्षक इन्द्रसेन भारत ने प्रतिभागियों को ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन,वज्रासन, अनुलोम-विलोम, भ्रामरी, कपालभाति का अभ्यास कराया।

अमर उजाला

Mirzapur

23-06-2026

एपेक्स संस्थानों में योगाभ्यास और जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन

चुनार (वि)। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एपेक्स वेलफेयर ट्रस्ट द्वारा संचालित आयुर्वेद, फार्मेसी, ट्रस्ट नर्सिंग एवं एलाइड हेल्थ पैरामेडिकल शिक्षण संस्थानों में ''''स्वस्थ आयु के लिए योग'''' थीम पर भव्य योगाभ्यास एवं जनजागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया।कार्यक्रम एपेक्स ट्रस्ट के चेयरमैन प्रो. डॉ. एसके सिंह तथा डीन प्रो. डॉ. सुनील मिस्त्री के मार्गदर्शन में संपन्न हुआ। योग सप्ताह के अंतर्गत चुनार घाट एवं सुरभि शोध संस्थान, चुनार में निशुल्क योग प्रशिक्षण एवं अभ्यास शिविर भी लगाए गए। योग प्रशिक्षक इन्द्रसेन भारत ने प्रतिभागियों को योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास कराया। तीन चरणों में आयोजित कार्यक्रम में 300 से अधिक छात्र-छात्राओं, शिक्षकों और कर्मचारियों ने भाग लिया। योग दिवस पर आयोजित योग रील/वीडियो प्रतियोगिता में बीएएमएस 2025 बैच की ऋतिका केशरी प्रथम, डीफार्मा 2017 बैच की योगिता मिश्रा द्वितीय तथा बीएएमएस 2025 बैच की मुस्कान कुमारी तृतीय स्थान पर रहीं। विजेताओं को ई-प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर प्रो. डॉ. पीके सिंह, प्रो. डॉ. पीके राय एवं प्रो. गोपी एसएस ने योग को स्वस्थ, संतुलित और अनुशासित जीवन की वैज्ञानिक पद्धति बताते हुए इसके नियमित अभ्यास पर बल दिया।