मीडिया समन्वय कार्यालय

जामिया मिल्लिया इस्लामिया

प्रेस विज्ञप्ति 21 जून 2017

जामिया मिल्लिया में मना अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

जामिया मिल्लिया इस्लामिया में आज **अंतरराष्ट्रीय योग दिवस** मनाया गया जिसमें बड़ी संख्या में छात्रों, अध्यापकों और अन्य कर्मचारियों ने हिस्सा लिया। यह आयोजन विश्वविद्यालय के विभिन्न विभागों और हॉस्टलों में आयोजित हुआ।

मुख्य कार्यक्रम जेएमआई के एमएके पटौदी खेल परिसर में आयोजित हुआ जिसमें एनएसएस और एनसीसी के वालंटियर्स से हिस्सा लिया। आज पूरी दुनिया में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जा रहा है।

लड़कों और लड़कियों के हॉस्टालों में भी योग दिवस के अवसर पर छात्रों और छात्राओं ने योग किया।

वाइस चांसलर प्रो तलत अहमद ने कहा, '' योग भारत की सदियों पुरानी ऐसी परंपरा है जिसके जबर्दस्त स्वास्थ्य संबंधी लाभ हैं। यह जरूरी है कि हमारे युवा इसे अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बना लें जिससे वे स्वस्थ और ऊर्जावान जीवन जी सकें।''

उन्होंने कहा कि छात्रों को अपनी अकादमिक क्षमता बढ़ाने के लिए भी शारिरीक और मानसिक फिटनैस को बढ़ाने पर भी ध्यान देना चाहिए और योग इसमें महत्वूपर्ण सहायक साबित हुआ है।

साइमा सईद

मीडिया कोऑर्डनैटर

ज्ञतनजप क्मअ 010