

उप क्षेत्रीय कार्यालय, मरोल में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस – 2025 का आयोजन
International Yoga Day – 2025 Celebration at Sub Regional Office,
Marol

उप क्षेत्रीय कार्यालय, मरोल में दिनांक 21 जून 2025 (शनिवार) को श्री संजीव कुमार, संयुक्त निदेशक (प्रभारी) महोदय की अध्यक्षता में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस – 2025 का आयोजन मुख्यालय के निर्देशानुसार बड़े ही हर्षोल्लास और उत्साह के साथ किया गया।

International Yoga Day – 2025 was celebrated with great joy and enthusiasm at the Sub Regional Office, Marol, on Saturday, June 21, 2025, under the chairmanship of Shri Sanjeev Kumar, Joint Director (In-charge), as per the instructions from the headquarters.

इस अवसर पर आयोजित योग शिविर में योग प्रशिक्षक श्रीमती दीप्ती आशीष दूबे, योग प्रशिक्षक, क.रा.बी.निगम, अंधेरी अस्पताल सहित उप क्षेत्रीय कार्यालय, मरोल के सभी अधिकारी एवं कई कर्मिकों की उपस्थिति रही। योग प्रशिक्षक द्वारा सभी को विभिन्न योगाभ्यासों का प्रशिक्षण दिया गया। कई सहभागियों ने योग सत्र के दौरान अपनी दैनिक शारीरिक और मानसिक समस्याओं के समाधान हेतु प्रशिक्षक से प्रश्न पूछे, जिनके उत्तर प्रशिक्षक ने विस्तार से देते हुए बताया कि नियमित योगाभ्यास के माध्यम से इन समस्याओं से मुक्ति पाई जा सकती है अतः स्वस्थ जीवन शैली अपनाएँ।

The yoga camp organized on this occasion was attended by Yoga Instructor Smt. Deepti Ashish Dubey, Yoga Instructor, ESIC Andheri Hospital, along with all officers and several staffs from the Sub Regional Office, Marol. The yoga instructor provided training on various yoga practices to everyone. Several participants asked the instructor questions regarding solutions to their daily physical and mental problems during the yoga session. The instructor answered in detail, explaining that these problems can be overcome through regular yoga practice and advised adopting a healthy lifestyle.

इसके अतिरिक्त कार्यालय के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को योग से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारियाँ प्रदान की गईं एवं कॉमन योग प्रोटोकॉल, आयुष मंत्रालय के डिजिटल टूल इत्यादि के बारे में जागरूक किया गया।

Additionally, all officers and employees of the office were provided with important information related to yoga and made aware of the Common Yoga Protocol, digital tools of the Ministry of AYUSH, and more
