



# Dr. B. R. Ambedkar University of Social Sciences

(State University, Government of M.P.)

डॉ. बी. आर. अम्बेडकर सामाजिक विज्ञान विश्वविद्यालय

(राज्य विश्वविद्यालय, मध्यप्रदेश शासन)

पत्र क्र./ब्राउस/योग/शैक्षणिक/2021/11

दिनांक :- 09/05/2021

"योग है स्वास्थ्य के लिए लाभकारी,

योग रोग मुक्त जीवन के लिए गुणकारी"

वर्तमान कोरोना की विकट परिस्थितियों से स्वास्थ्य के संरक्षण एवं लोगों को स्वास्थ्य लाभ पहुंचाने के उद्देश्य से डॉ. बी. आर. अंबेडकर सामाजिक विज्ञान विश्वविद्यालय महु की कुलाधिपति एवं महामहिम राज्यपाल महोदया के संरक्षण में, ब्राउस की माननीय कुलपति महोदया श्रीमती आशा शुक्ला के दिशा-निर्देशानुसार एवं डॉ॰ अजय दुबे के मार्गदर्शन में योग विज्ञान विभाग योग अध्ययन शाला ब्राउस में 30 दिवसीय ऑनलाइन निशुल्क योग प्रशिक्षण प्रमाण-पत्र का निशुल्क आयोजन किया जा रहा है जिस का विवरण निम्नवत है।

### समय-सारणी

1. प्रातः 6:30 से 7.30
  2. प्रातः 8:00 से 9:30
  3. प्रातः 10:00 से 10:30
  4. सायंकालीन प्राणायाम सत्र समय 7. 25 से 08.00
- प्रातःकालीन तीनों प्रशिक्षण कार्यक्रमों में से किसी एक में उपस्थिति अनिवार्य है तथा सायंकालीन प्राणायाम सत्र अनिवार्य है।
  - 30 दिन तक उपस्थित होने पर विश्वविद्यालय ऑनलाइन गूगल फार्म के माध्यम से एक बहुविकल्पीय प्रश्नों की परीक्षा उपरांत प्रमाण-पत्र प्रदान करेगा।
  - योग प्रशिक्षण प्रमाण पत्र का पंजीयन इस गूगल लिंक के माध्यम से करे। कार्यक्रम पूर्णतः निशुल्क रहेगा।
  - वे सभी इच्छुक व्यक्ति अपनी उपस्थिति दर्ज करवा सकते हैं जो कोविड-19 उपचारित है या जो स्वस्थ हो चुके हैं या जन साधारण व्यक्ति भी उपस्थित हो सकते हैं
  - इसमें किसी प्रकार की आयु सीमा नहीं है न्यूनतम 12 वर्ष से लेकर अधिकतम कोई भी आयु सीमा नहीं। प्रशिक्षण समाप्ति के पश्चात सभी अभ्यर्थियों को प्रमाण पत्र दिया जावेगा.

पंजीयन हेतु गूगल लिंक -

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfoeXWNAk6uGlicrwt7I74zkBPpELh019iw1s\\_w3LgeERNZeQg/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfoeXWNAk6uGlicrwt7I74zkBPpELh019iw1s_w3LgeERNZeQg/viewform?usp=pp_url)

प्रशिक्षण में जुड़ने हेतु गूगल मीटिंग लिंक - <https://meet.google.com/dfj-atoa-gxc>

निवेदक

योग विज्ञान विभाग

योग अध्ययन शाला, डॉक्टर बी. आर. अंबेडकर सामाजिक विज्ञान विश्वविद्यालय महु, इंदौर