



GUJARAT TECHNOLOGY UNIVERSITY NATIONAL SERVICE SCHEME

S. N. PATEL INSTITUTE OF TECHNOLOGY & RESEARCH CENTRE, UMRAXH

A Report on "INTERNATIONAL YOGA DAY" on 21th JUN 2021 at VIDYABHARTI TRUST, UMRAXH

College Name: S. N. PATEL INSTITUTE OF TECHNOLOGY & RESEARCH CENTRE, UMRAXH

Event Name: INTERNATIONAL YOGA DAY"

Faculty Name: PROF. HITESH TAILOR,

Event Date, Time and Location: 1/6/2021 to 21/6/2021, FROM HOME (250 participant)

Link for participation

1. <https://www.facebook.com/NSSUTChandigarh/videos/266234921134728/>
2. <https://www.facebook.com/NSSGOI/videos/268501671154930/>
3. <https://www.facebook.com/NSSGOI/videos/2403422783282378/>
4. <https://www.facebook.com/rdnsswb/videos/267163581035512/>
5. <https://www.facebook.com/rdnsswb/videos/210499690019468/>
6. <https://youtu.be/ONHCXfAJcLE>
7. <https://youtube.com/shorts/cxzfpfDZUJ8?feature=share>

Brief Description of the Event:

"Yoga is the journey of the self, through the self, to the self" -Verse-4, Chapter 15, Bhagavad Gita.

"Outwardly performing all actions but inwardly renouncing their fruits, the wise man, purified by the fire of transcendental knowledge, attains peace, detachment, forbearance, spiritual vision and bliss."

-Verse-1, Chapter 5, Bhagavad Gita.

International Yoga Day 2021: Why Practicing Yoga is Significant during COVID-19 Pandemic?

The coronavirus pandemic and the ensuing lockdown and limitations have forced individuals to battle every day with their new way of life. Likewise, there is steady dread of the infectious sickness, vulnerability about the future, budgetary instability, work misfortunes, changing work propensities, social removing – standing up to these issues can be stressful for your mind and body. This can prompt mental issues like stress, anxiety, and despondency that can influence your physical wellbeing. An investigation distributed in The Lancet Psychiatry diary has additionally recommended that COVID-19 survivors may endure psychological well-being issue like Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD).

In the interim, yoga specialists are upholding recuperating and elective treatments as extraordinary choices to handle this pandemic circumstance. A large number of them guarantee that yoga can assume a ground-breaking job in battle against the novel coronavirus while improving the physical and mental prosperity of people. On the day of International Yoga Day 2021, we spoke to a famous yoga master to reveal some insight into the advantages of practicing yoga during this difficult time.

The International Yoga Day-2020 was celebrated on 21st June 2021 due to corona time from home, of the institute to bring peace, harmony, happiness and success to every soul in the world. This was a great opportunity to imbibe the value of discipline. The campus community including students, staff, faculty and NSS Volunteers participated from home the event started at 5: 00 pm in the evening. The session was started with a warming up session (neck rotation, shoulder rotation, hip and knee rotation etc.) which was followed by the session on Asanas. Various Asanas were performed as per the guidelines given by the AYUSH MINISTRY (CYP- Common Yoga Protocol's). These included asanas in standing positions (such as Tadasan, Vrukasan etc.), asanas in seating position (Bhadarsan, Shashankasan etc.), Sleeping position on stomach (Bhujanghasan, Makrasan etc), Sleeping position (Sarvangasan, Shavasana).

GTU Circular

<p style="text-align: center;">કુળીય ડાયર ટેલિફોન ૦૭૯ ૨૦૬૮૭૭૭ ફો. મોબ. - 99717medsabad@gmail.com</p> <p style="text-align: center;">કુલ સંસ્થા, ગુજરાત યુનિવર્સિટી ના સેન્ટ્રલ કમ્પ્લેક્સ પો. બો. નો. ૩૮૦૦૦૬ અમદાવાદ - ૩૮૦૦૦૬ ગિરનારના પવનચરિત્ર</p> <p>વિતરક- ૩૧/૦૫/૨૦૨૧</p> <p>પતિ સમી વપરાસ માટેના તમામ અધિકારો અને વિના શિક્ષા અધિકારો છે.</p> <p>વિષય: આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ ૨૦૨૧ મનાવવાનો ગૃહવિદ્યાકેન્દ્રમાં.</p> <p>ઉપરોક્ત વિષયોનાં આ કાર્યકર્ય કે ફોર્મેલ વિતરક ૨૦ માર્ચ ૨૦૨૧ ઊંચે ૩૧ માર્ચ ૨૦૨૧ ની મિતરતા માં આપ અમને અધિકાર સમી વપરાશ માટેના તમામ અધિકારો અને વિના શિક્ષા અધિકારો અને વિના શિક્ષા અધિકારો છે. આ કાર્યકર્ય કે ફોર્મેલ વિતરક ૨૦ માર્ચ ૨૦૨૧ ઊંચે ૩૧ માર્ચ ૨૦૨૧ ની મિતરતા માં આપ અમને અધિકાર સમી વપરાશ માટેના તમામ અધિકારો અને વિના શિક્ષા અધિકારો અને વિના શિક્ષા અધિકારો છે.</p> <p style="text-align: right;">આપના વિચાર /sirec નિલન ગુપ્તાવાળા ક્ષેત્ર નિદેશક</p> <p>સંબંધિત અધિકાર કોમ્પ્યુટર -</p> <p>1) સમી વપરાશ માટેના તમામ અધિકારો, ઉપર વિષય અનુસાર તમામ અધિકારો, ગોપનીયતા ગુમાવવા. 2) સમી વપરાશ માટેના તમામ અધિકારો, ઉપર અધિકારો અને વિના શિક્ષા અધિકારો. 3) સમી વપરાશ માટેના તમામ અધિકારો, ઉપર અધિકારો અને વિના શિક્ષા અધિકારો. ફોન-3062230</p>	<p style="text-align: center;"> GUJARAT TECHNOLOGICAL UNIVERSITY (Established by Government of Gujarat under Gujarat Act No. : 20 of 2007) ગુજરાત ટેકનોલોજીકલ યુનિવર્સિટી (ગુજરાત સરકારના ગુજરાત અધિનિયમ ક્રમાંક : ૨૦/૨૦૦૭ હેઠળ સ્થાપિત)</p> <p style="text-align: center;">જ. ક. નં. : જી.ટી.યુ.અધિકારીય યોગ દિવસ/૨૦૨૧/૩૨૭૦ તારીખ:- ૧૫/૬/૨૦૨૧</p> <p style="text-align: center;">પરિપત્ર</p> <p>વિષય :- ૨૧ મી જૂન વિશ્વ યોગ દિવસ</p> <p>માનનીય પ્રધાનમંત્રીશ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદી એ વિશ્વ લોકોને યોગની મહત્વતા ઉજાગર કરતાં ૨૨ વર્ષે ૨૧ જૂન વિશ્વ યોગ દિવસ તરીકે ઉજવવા વિષયના કેશોને ઘોષિત કર્યા છે. કુલની પ્રોવિડ-૧૯ ની પરિસ્થિતિને ધ્યાને લેતાં યોગ દિવસની ઉજવણી 'યોગ કરોશું, રોગોનાને ફરવીશું' અભિયાન અંતર્ગત થશે. આપ સર્વે સંસ્થાઓ અધિકારીશ્રીઓ/કર્મચારી તથા વિદ્યાર્થીઓને જણાવવાનું કે ૨૧ મી જૂન વિશ્વ યોગ દિવસ અંતર્ગત 'યોગ કરોશું, રોગોનાને ફરવીશું' સંબંધિત યોગ જાગૃતિ અભિયાનના ભાગરૂપે ૨૧ મી જૂન, સોમવારના દિવસે બંધે મુજબ ની લીક પરથી સૂચવ્યા સમય મુજબ યોગાસના કરીશું અને રોગપ્રતિકારક શક્તિમાં વધારો કરી આભિયાનની બની યોગના રહસ્ય કરીશું.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>કેસાઇ વેબ લીક :- https://www.facebook.com/Guaratysbboard/ સમય :- સવારે ૦૬:૩૦ થી તારીખ :- ૨૧/૦૬/૨૦૨૧</p> </div> <p style="text-align: right;"> કુલસચિવ</p> <p>પતિ, (૧) આચાર્યશ્રી / ડાયરેક્ટરશ્રી / જી.ટી.યુ. સંલગ્ન તમામ સંસ્થાઓ. (૨) યોગ.એન.એસ / એન.સી.સી.સી - ઓર્ગાઇનિઝરશ્રીઓ. (૩) પી.એ / પી.એસ. ડઃ માનનીય કુલપતિશ્રી. (૪) પી.એ. ડઃ માનનીય કુલસચિવ.</p> <p style="font-size: small; text-align: center;">Winners of: "Most Promising University of India 2020" ♦ "1" rank Among All Universities in Gujarat 2020 by Uni Rank" ♦ "1" Rank in Gujarat State Institutional Ratings Framework (GSIR) 2019 ♦ "National Leadership Excellence Award 2019 in Technical Education" ♦ "India's Most Trusted State University 2019" ♦ "Outstanding University in West India 2019"</p> <p style="font-size: x-small; text-align: center;">Head office :- GTU Campus, Nr. Visal Three Road, Visal-Gandhinagar Road, Chandkheda, Ahmedabad - 382 424, Gujarat, India. Phone :- +91 079-2326752/570 e-mail :- info@gtu.ac.in Website :- www.gtu.ac.in</p>
--	--

Photographs of event



S. N. Patel Institute of Technology & Research Centre, Umrakh
(A Vidyabharti Trust Institution)

“યોગા એટ હોમ”

યોગ કરીશું, કોરોનાને હરાવીશું

“યોગા વીથ ફેમીલી”

Date: Monday 21st June 2021



Organized by
NSS UNIT



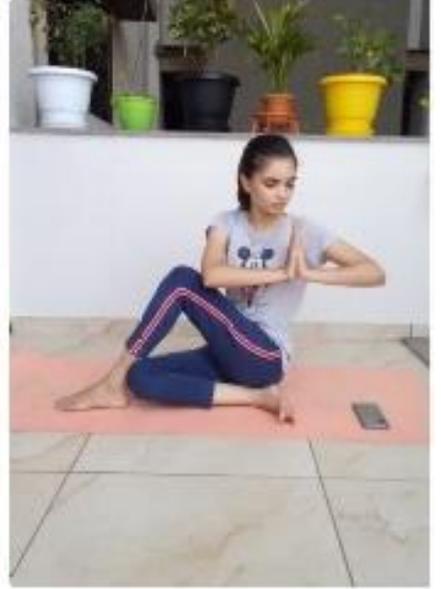
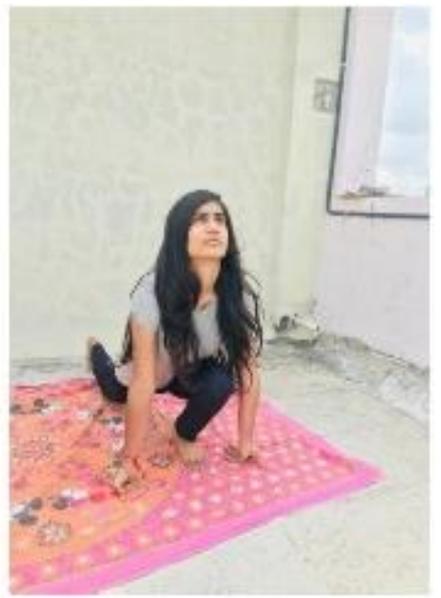
At & Po. Baben, Ta: Bardoli, Dist: Surat-394601 | For Admission: 9925777117

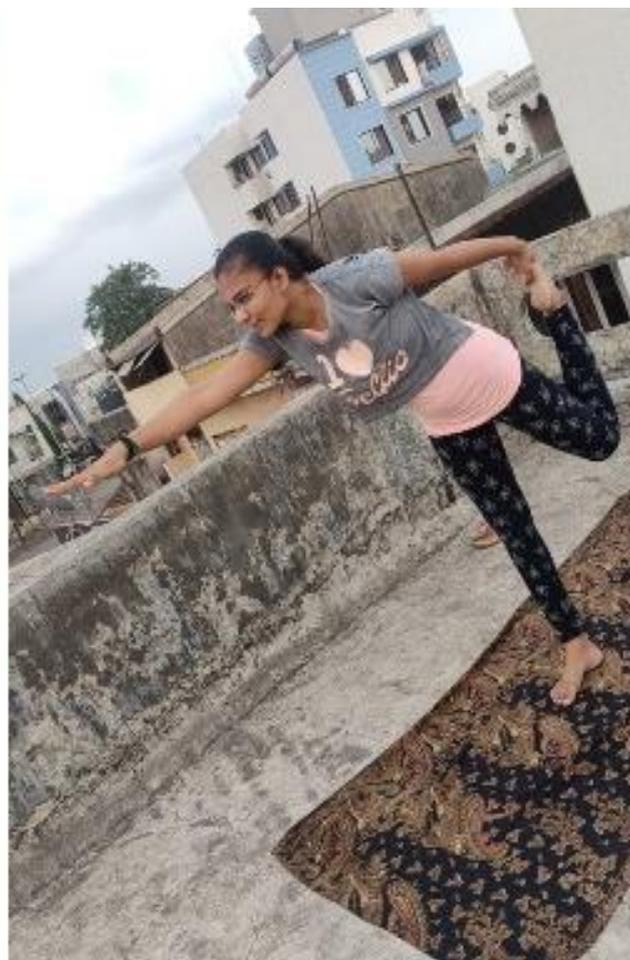


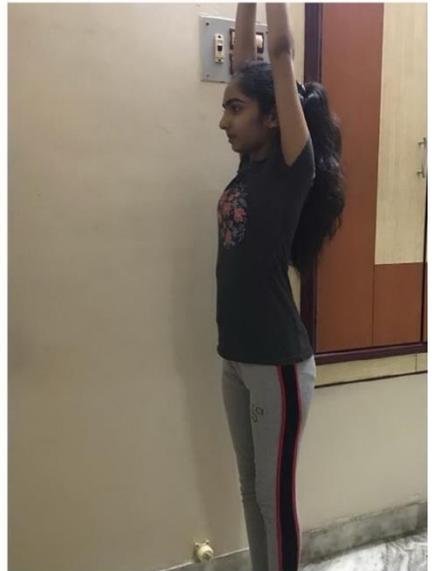


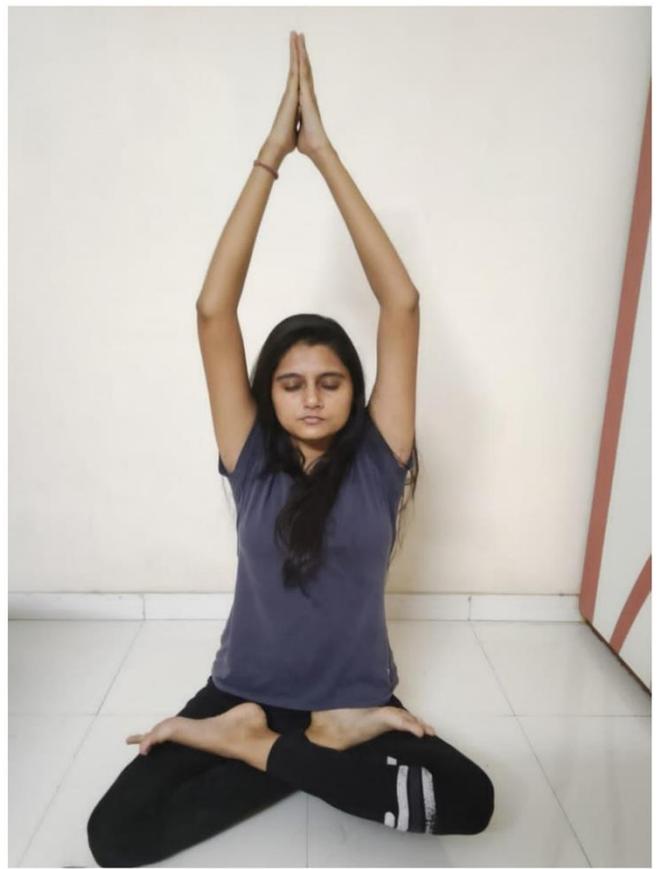












And Many More.....