<u>प्रेसनोट</u>

जा.क्र. ४६१/माहिती कक्ष/वार्तापत्र
पोलीस अधीक्षक कार्यालय, भंडारा
दिनांक:—२१/०६/२०१७.

" भंडारा जिल्हा पोलीस योगा व प्राणायम शिबीर"

भंडारा :— आज दिनांक २१/०६/२०१७ रोजी आंतराष्ट्रीय योग दिनानिमीत्त योग शिबीराचे आयोजन पोलीस मुख्यालय भंडारा येथील कवायत मैदानावर मा. पोलीस अधिक्षक विनीता साहु,यांच्या अध्यक्षतेखाली योगा शिबीराचे सकाळी ०५.३० ते ०७.३० वा. पर्यत नि:शुल्क योगा शिबीराचे आयोजन करण्यात आले.

योग दिनानिमीत्त योग प्रशिक्षक श्री. उमेश राजाभोज (योग प्राकृतीक चिकीत्सक भंडारा), तसेच प्रियांशु राजेश पांण्डेय योग शिक्षीका भंडारा, श्रीपाद बांन्ते पंतजली योग सभा, भंडारा यांनी पोलीस अधिकारी व कर्मचारी यांना योगाचे बध्दपद्मासन, त्रिकोनासन, चक्रासन, अर्धमत्स्येन्द्रासन, पश्चिमोत्तासन, पद्मासन, शिर्षासन, शुलभासन, हलासन, मयुरासन, भुर्जगासन, उष्ट्रासन, धनुरासन, गोमुखासन, मत्स्यासन, कर्णपिडासन, जनुशिरासन असे विवीध आसन व अनुलोमविलोम, कपालभाती, ध्यान साधना ईत्यादी योगाचे प्रकार शिकविले. पोलीस दलातील पोलीस अधिकारी व कर्मचाऱ्यांचे दैनंदिन जीवनमान अतिशय ताणतणाव व धकाधकीचे असुन काहींना आपल्या कुटुंबीयांपासुन अलिप्त रहावे लागत असल्याने त्यांच्यात नैराश्य वाढत जाते. सदर बाब असुन कर्मचा—यांचे ताणतणाव कसे घालवता येईल व सकारात्मक दृष्टया जीवन आनंदाने कसे जगता येईल, या उद्देशाने व आंतरराष्ट्रीय दिनानिमीत्ताने दि. १२ जुन ते २१ जुन पर्यत योग सप्ताह शिबीर राबविण्यात आले.

आंतराष्ट्रीय योगा दिना निमीत्ताने घेण्यात आलेल्या योगा व प्राणायम शिबीरात पोलीस उपअधिक्षक (गृह) भंडारा सुनील कुलकर्णी, उपविभागीय पोलीस अधिकारी श्री. संजय जोगदंड, पोनी. धुसर, स्थागुशा भंडारा, पोनी. सिडाम जिवीशा शाखा भंडारा, पोनी. बी. आर. गाडे वाहतुक शाखा भंडारा, सपोनी. हत्तीमारे जिवीशा भंडारा, पोलीस निरीक्षक श्री. गजानन कंकाळे,पोलीस स्टेशन भंडारा, पोलीस मुख्यालय भंडारा येथील पोउपनी. मधुकर प्रधान, तसेच भंडारा जिल्हयातील पोस्टेचे/शाखेतील अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित तसेच पोलीस कुटुबिंय व सर्वसामान्य व्यक्तींच्या उपस्थितीत आंतराष्ट्रीय योग शिबीर घेण्यात आले. तसेच मा. पोलीस अधिक्षक विनीता साहु, यांच्या हस्ते योग प्रशिक्षक यांना प्रशस्तीपत्र देण्यात आले.

कार्यक्रमाचे आभार प्रदर्शन मा. पोलीस उपअधिक्षक (गृह) भंडारा सुनील कुलकर्णी यांनी केले.

सपोनी. अे.टी. सुनगार
नियंत्रण कक्ष भंडारा
दुरध्वनी.क्र९८२३१२३३३६

प्रति,

जिल्हा माहिती अधिकारी, भंडारा

वर्तमान पत्राचे संपादक व जिल्हा प्रतिनिधी यांना उपरोक्त माहीती दैनिक वर्तमान पत्रात प्रसिध्द करण्याकरीता कळविण्यास विनंती आहे.

प्रत, संगणक कक्ष, भंडारा यांना भंडारा पोलीस संकेतस्थळावर ठेवण्याकरीता