


# डॉ खूबचंद बघेल शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, भिलाई-3


दिनांक-27/05/2022

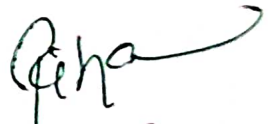
## दस दिवसीय योग प्रशिक्षण (Value Added Course) के प्रशिक्षणार्थियों हेतु निर्देश

सभी प्रतिभागी योग प्रशिक्षण शिविर में शामिल होते समय निम्न निर्देशों का अनिवार्य रूप से पालन करेंगे-

- 1 योग प्रशिक्षण का समय प्रातः 6:00 से 9:00 बजे तक होगा एवं सभी प्रशिक्षणार्थी 5:45 तक महाविद्यालय में उपस्थित होंगे तथा दरी एवं आसन आदि बिछाने का कार्य करेंगे।
- 2 सभी प्रतिभागी पूर्णतः खाली पेट न आवे, एकदम हल्का सा नाश्ता करके आयेंगे।
- 3 सभी प्रतिभागी प्रशिक्षक के दिशा निर्देशों का पालन अनिवार्यतः करेंगे और उनके मार्गदर्शन में ही योगिक क्रियाओं का अभ्यास करेंगे।
- 4 सभी प्रतिभागी अनुशासन बनाए रखेंगे। किसी भी विवाद की स्थिति में महाविद्यालय के अनुशासन समिति ही निर्णय करेगी।
- 5 सभी प्रतिभागी यथासंभव ढीला ढाला लोअर -टी- शर्ट पहनकर आएं। टाइट जींस एवं टी-शर्ट आदि पहनकर योगा कार्यक्रम में शामिल नहीं हो पाएंगे।
- 6 किसी भी प्रतिभागी द्वारा नशा पान की स्थिति में योगा शामिल नहीं होने दिया जाएगा एवं अनावश्यक तनाव पैदा करने पर पुलिस में उसके खिलाफ शिकायत की जाएगी।

  
डॉ.रमेश कुमार त्रिपाठी,  
क्रीड़ा अधिकारी

  
डॉ श्रीकांत प्रधान  
केयरटेकर एनसीसी एसडी

  
प्राचार्य,  
डॉ खूबचंद बघेल शास. स्नातकोत्तर महा.,  
भिलाई-3