

कटिहार अभियंत्रण महाविद्यालय,  
कटिहार-854109  
Email Id: [principal@keck.ac.in](mailto:principal@keck.ac.in)



KATIHAR ENGINEERING COLLEGE  
KATIHAR-854109  
Website:-[www.keck.ac.in](http://www.keck.ac.in)

Ref. No.....393.....

Date.....19/06/2023.....

## सूचना

### अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

सहर्ष सूचित करना है कि प्रत्येक वर्ष की भाँति इस वर्ष भी 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर महाविद्यालय में योग पर एक कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। योग एक प्राचीन और महत्वपूर्ण प्रयोग है जो मानसिक, शारीरिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को संतुलित रखने में मदद करता है। योग दिवस मनाने का उद्देश्य है, इसके महत्ता से छात्रों एवं शिक्षकों को जागरूक कराना।

अतः सभी शिक्षकों, कर्मचारियों एवं छात्रों से अनुरोध है कि वे अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में, बड़ी संख्या में भाग लेकर इस कार्यक्रम को सफल बनावें।

स्थान: महाविद्यालय का प्रांगण

समय: प्रातः 5 बजे

कार्यक्रम में प्रशिक्षित योग गुरुओं द्वारा योग एवं योग के लाभ विषय में जानकारी दी जाएगी। विभिन्न योग आसनों तथा प्राणायाम का अभ्यास कराया जाएगा। कार्यक्रम का समापन फलाहार एवं शर्बत से किया जाएगा।

अनुरोध है कि सफेद वस्त्र में आने का प्रयास करें एवं दिनांक-20.06.2023 को प्रातः 05:00 बजे अभ्यास सत्र में भी उपस्थित हों।

*Ranjana*  
19/06/23

प्राचार्या,  
के0ई0सी0 कटिहार।