

## International Yoga Day Celebration @ SBPS

SBPS Ranchi hosted a grand celebration of International Yoga Day 2023 by conducting mass yoga demonstration in its premises. The students conducted group yoga sessions keeping in mind the theme 'Vasudhaiva Kutumbakam'. They did yoga to establish the feeling of oneness amongst them. An Inter-house yoga competition was also organised to see the yogic abilities of the students in which students of Yajurveda and Rigveda house were declared winners. The Principal, and staff members of the school also participated in the mass demonstration. A meditation session was also organised in the B.K. Birla Auditorium by Swami Nishthanandaji from Yogoda Satsang Ashram. Overall, it was a day that reminded us the need to keep our body and mind healthy to live a gratifying life.

School Head Personnel & Admin., Dr. Pradip Varma, appreciated the efforts of the students, teachers and parents in the successful celebration of the event.

Principal, Mrs. Paramjit Kaur, lauded the successful conduct of the mass yoga sessions to commemorate the day. She also participated in the yoga demonstration as a reaffirmation to the need of keeping our body and mind in sync through yoga.

### सरला बिरला पब्लिक स्कूल में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह

सरला बिरला पब्लिक स्कूल, रांची ने विद्यालय परिसर में सामूहिक योग प्रदर्शन करके अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023 का भव्य आयोजन किया। छात्रों ने इस वर्ष के योग दिवस की थीम 'वसुधैव कुटुम्बकम् के लिए योग' को ध्यान में रखते हुए सामूहिक योग सत्र आयोजित किए। उन्होंने आपस में एकता की भावना स्थापित करने के लिए योग किया। छात्रों की योग क्षमता को देखने के लिए इन्टरहाउस योग प्रतियोगिता का भी आयोजन किया गया जिसमें यजुर्वेद एवं ऋग्वेद हाउस के विद्यार्थियों को विजेता घोषित किया गया। योग प्रदर्शन में विद्यालय के प्रधानाचार्या एवं अन्य कर्मचारियों ने भी भाग लिया। योगदा सत्संग सोसाइटी के स्वामी निष्ठानंदजी के द्वारा बी. के. बिरला सभागार में ध्यान सत्र भी आयोजन किया गया। कुल मिलाकर, यह एक ऐसा दिन था जिसने हमें एक संतुष्टिदायक, संतुलित और एकाग्रचित्त जीवन जीने के लिए अपने शरीर और दिमाग को स्वस्थ रखने की आवश्यकता की याद दिलाई।

स्कूल के कार्मिक एवं प्रशासनिक प्रमुख डॉ. प्रदीप वर्मा ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह के सफल आयोजन में छात्रों, शिक्षकों और अभिभावकों के प्रयासों की सराहना की।

प्रधानाचार्या श्रीमती परमजीत कौर ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में सामूहिक योग सत्रों के सफल आयोजन की सराहना की। उन्होंने योग के माध्यम से हमारे शरीर और दिमाग को संतुलित व एकाग्र रखने की आवश्यकता की पुष्टि के रूप में स्वयं योग प्रदर्शन में भाग लिया।