



GONDWANA UNIVERSITY, GADCHIROLI

(Established by Government of Maharashtra Notification No. MISC -2007/(322/07) UNI -4 Dated 27th Sept. 2011 & Presently a State University governed by Maharashtra Public University Act, 2016 (Maharashtra Act No. VI of 2017)

NATIONAL SERVICE SCHEME



Dr. Shyam Khandare

Director

Ph. No. - 7020482443

MIDC Road, Complex, GADCHIROLI - 442 605 (M.S)

web: www.unigug.org

Email: nssdsw.gug@gmail.com

Dt: 02/06/2021

पत्र क्र. No.GU/NSS/ /2021

सुधारित

प्रती,

मा. प्राचार्य/विभाग प्रमुख
रासेयो कार्यक्रम अधिकारी,
संलग्नीत सर्व रासेयो महाविद्यालये
गोंडवाना विद्यापीठ, गडचिरोली.

विषय:- Yoga for Unity and Wellbeing 100 day towards the international day of Yoga 2021-Online Registration

संदर्भ :- रासेयो / २०२१/२२४ दिनांक ११/०५/२०२१ सावित्रबाई फुले पुणे विद्यापीठ, पुणे यांचे पत्र.

महोदय/महोदया,

मा. क्षेत्रीय संचालक रासेयो संचलनालय, भारत सरकार, पुणे यांच्या पत्रानुसार आणि युवा संसाधन मंत्रालय, भारत सरकार, यांच्या निर्देशानुसार सध्याच्या कोरोना साथीच्या आजारामध्ये तरूणांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने **Yoga for Unity and Wellbeing** हा योग कार्यक्रम दिनांक १४ मार्च ते २१ जून २०२१ दरम्यान राबविण्यात येत आहेत. या उपक्रमामध्ये रोज योगासने आणि ध्यानसत्र आयोजित केलेले आहे. तसेच आठवडयातून दोन वेळा योगासंबंधी व्याख्याने आणि एकत्रित ध्यान आयोजित करण्यात आलेले आहे. हे सर्व उपक्रम निःशुल्क आहेत रासेयो स्वयंसेवकांनी <https://forms.gle/cktG6foxzkktp25q9> या लिंकवर फार्म भरावा.

तरी सदर उपक्रमाची माहिती आपल्यामार्फत रासेयो स्वयंसेवकापर्यंत पोहचवावी तसेच जास्तीत जास्त विद्यार्थी सहभागी होण्याकरीता प्रयत्न करावेत. उपक्रमाच्या ऑनलाईन नाव नोंदणी व अधिक माहितीकरिता सोबतच्या पत्राचे अवलोकन करावे, हि विनंती.

02/06/2021
(डा. श्याम खंडारे)

संचालक

राष्ट्रीय सेवा योजना

गोंडवाना विद्यापीठ, गडचिरोली



डॉ. प्रभाकर देसाई

एम.ए., पीएच.डी.

संचालक

सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ

(पूर्वीचे पुणे विद्यापीठ)

राष्ट्रीय सेवा योजना

गणेशखिंड, पुणे - ४११ ००७



कार्यालय क्र. : ०२०-२५६९७३४९

०२०-२५६२२६८८/८९

मोबाईल : ९८८९९०८०२०

०२०-२५६२२६९२

संदर्भ : रासेयो/२०२१/२२४

दि. ११/०५/२०२१

प्रति,

मा. प्राचार्य/संचालक/विभागप्रमुख,
संबंधित महाविद्यालये/विभाग/परिसंस्था,
सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ,
पुणे, अहमदनगर, नाशिक.

**विषय : Yoga for Unity and Wellbeing-100 days towards the International day of Yoga 2021-
Online Registration**

महोदय,

मा. क्षेत्रीय संचालक, रासेयो क्षेत्रीय संचलनालय, भारत सरकार, पुणे यांच्या पत्रानुसार आणि युवा संसाधन मंत्रालय, भारत सरकार, यांच्या निर्देशानुसार सध्याच्या कोरोना साथीच्या आजारांमध्ये तरूणांच्या आरोग्याच्यादृष्टीने "Yoga for Unity and Wellbeing" हा योग कार्यक्रम दि. १४ मार्च ते दि. २१ जून २०२१ दरम्यान राबविण्यात येत आहे. या उपक्रमामध्ये रोज योगासने आणि ध्यानसत्र आयोजित केले आहे. तसेच आठवड्यातून दोन वेळा योगासंबंधी व्याख्याने आणि एकत्रित ध्यान आयोजित करण्यात आले आहे. हे सर्व उपक्रम निःशुल्क आहेत. रासेयो स्वयंसेवकानी <https://forms.gle/e4RaZG3ezhzzZuYL9> या लिंकवर फॉर्म भरावा.

तरी सदर उपक्रमाची माहिती आपल्यामार्फत रासेयो स्वयंसेवकांपर्यंत पोहचवावी. तसेच जास्तीत जास्त विद्यार्थी सहभागी होण्याकरिता प्रयत्न करावेत. उपक्रमाच्या ऑनलाईन नावनोंदणी व अधिक माहितीकरिता सोबतच्या पत्राचे अवलोकन करावे. कळावे, ही विनंती.

संचालक
राष्ट्रीय सेवा योजना

अधिक माहितीकरिता — मा. क्षेत्रीय संचालक, रासेयो क्षेत्रीय संचलनालय, भारत सरकार, पुणे



YOGA

for Unity and Well-being

100 days of Yoga

Towards the International Day of Yoga 2021
Practice Yoga with the best Yoga Institutions from India

Starting March 14th, till June 21st, 2021

Podcast and sessions online Learn at your pace from wherever
you are in the world. Program free of charges.

Morning Sessions 75+ Yoga classes

60 minutes - Yoga & Meditation

Evening Sessions 30+ Talks on Yoga

60 minutes - Yoga Lecture Series

Weekend Sessions Master Classes

60 minutes - Deep Dive Sessions



heartfulness
purity | weaves destiny

Visit us

hfn.link/yogaforunity

youtube.com/yoga4unity



YOGA

for Unity and Well-being

100 days of Yoga



heartfulness
purity & wisdom clarity

YOGA

for Unity and Well-being is an introduction to the world of Yoga and a message of harmony and peace.

It is a year-long exploration of the wisdom and practical approach to health and well-being that Yoga offers to all of us.

The leading institutions and schools of India are coming together to present the best of Yoga, from ancient to modern times.

The program starts with 100 days of Yoga, from 14 March to 21 June 2021, culminating in the International Day of Yoga.

All activities will be free of charge worldwide in as many languages as possible.



100 days of Yoga

The participants will have opportunities to learn the fundamentals of yogic philosophy at the root of this incredible heritage, through the most prestigious teachers available today. This program promotes yoga and will bring more people to practice and maybe to become professionals and enrol in the different schools that would have offered their teachings.

INAUGURATION (virtual)

14 March 2021 5 p.m. IST

100 DAYS OF YOGA

March to June 2021

75 practical Yoga sessions

30 lectures and additional webinars

Practice and learn with Yoga masters

INTERNATIONAL DAY OF YOGA

21 June 2021

Program

PRACTICAL SESSIONS

MONDAY TO SATURDAY 6:30 - 7:30 A.M. (Indian Standard Time)

Yogasana and Pranayama practice with trainers from different schools followed by guided meditation.

Daily Yoga classes presented by all the partnering Yoga schools.

LEVEL Beginner

PLATFORM Multiple platforms, including social media, TV, and internal channels.

Watch on Youtube youtube.com/yoga4unity

KNOWLEDGE SESSIONS

WEDNESDAY AND SATURDAY 5 P.M. (Indian Standard Time)

Lectures on specific topics related to Yoga taken by experts from various renowned Institutes.

MEDITATION WITH DAAJI

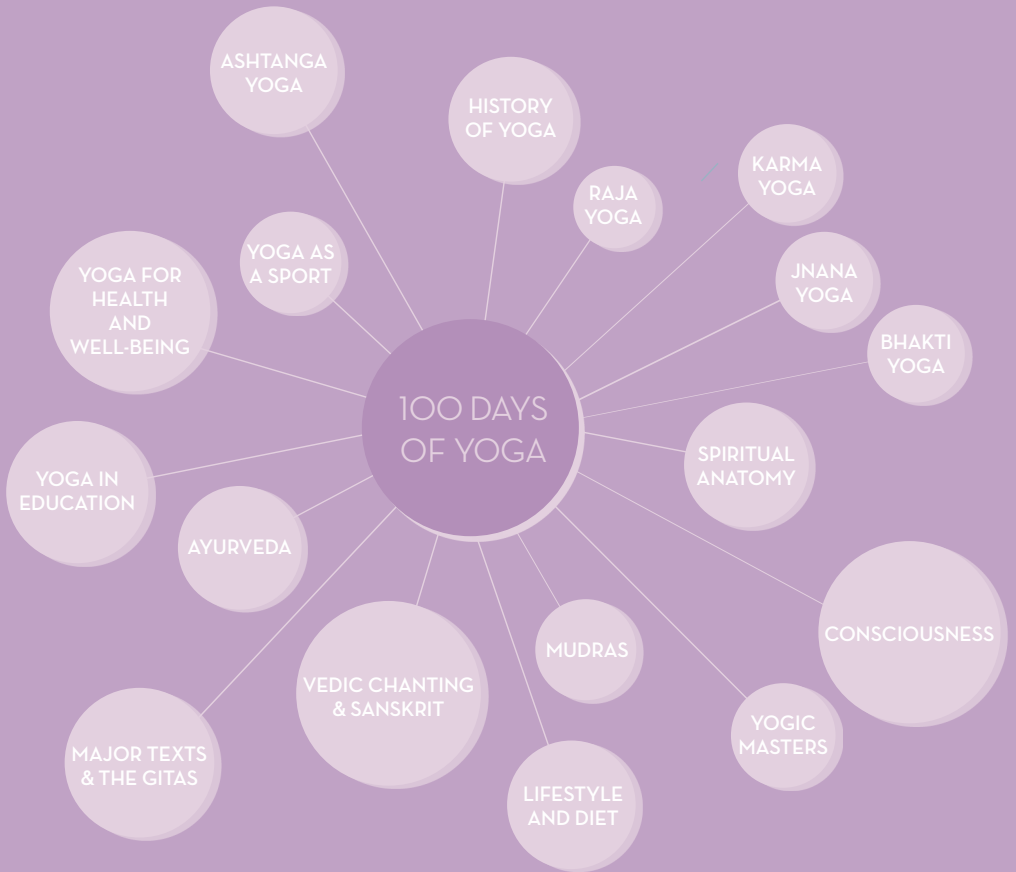
SUNDAY 8:45 - 9:20 A.M.

Guided Heartfulness meditation for all, from beginners to adepts.

MASTERCLASSES WITH THE EXPERTS

An opportunity to listen and learn directly from some of the most experienced yogis in the world today.

Content



Participants will have access to reading material, videos and podcasts from all the partnering organizations.

Participating organizations



heartfulness
HFN International Society



YOGA4UNITY ORGANIZATION COMMITTEE

Yoga4unity@heartfulness.org

+91 73388 74207

VISIT US [Hfn.link/yogaforunity](https://hfn.link/yogaforunity)

YOUTUBE CHANNEL youtube.com/yoga4unity