

राष्ट्रीय-संस्कृत-संस्थान  
(मानित-विश्वविद्यालय)  
नैक द्वारा 'अ' श्रेणी प्राप्त  
मानव संसाधन विकास मन्त्रालय,  
भारत सरकार के अधीनस्थ



**RASHTRIYA SASNKRIT SANSTHAN**  
(DEEMED UNIVERSITY)  
Accredited by NAAC with 'A' Grade  
(Under Ministry of Human Resource Development,  
Government of India)

संरक्षक: एवं आयोजक:

प्रकाशपाण्डेय:

प्राचार्य:

राष्ट्रीय-संस्कृत-संस्थानम्

(मानितविश्वविद्यालयः)

जयपुरपरिसरः,

जयपुरम्

व्यवस्था सचिव:

नवनीतकुमारः

सहायकाचार्यः योगः विशेषज्ञश्च

राष्ट्रीय-संस्कृत-संस्थानम्

(मानितविश्वविद्यालयः)

जयपुरपरिसरः,

जयपुरम्

**Patron and Organiser**

**Prakash Pandey**

**Principal**

Rashtriya Sanskrit Sansthan

Jaipur Campus

**Organising Secretary**

**Navneet Kumar**

**Yoga expert and teacher**

Rashtriya Sanskrit Sansthan

Jaipur Campus

## प्रथम-योग-प्रतियोगिता २०१७

### **First YOGA Competition 2017**

विषयः - प्रथम-योग-प्रतियोगिता आमन्त्रणम् २८.१०.२०१७ तः २९.१०.२०१७ पर्यन्तम्।

Sub: - Invitation for the First YOGA Competition on Oct. 28-29, 2017.

श्रीमन्तः/ श्रीमत्यः

Sir/Madam

योगः दिव्यत्वमधिगम्य स्वात्मानुभवे सहायकः। अयं हि योगः अनन्यसाधारणी जीवनसरणिः। योगो हि स्वस्थमनसा सह स्वस्थशरीरं स्यादिति लक्ष्यं असाधारणकारणं तथा विचिन्त्य लोकोपकाराय राष्ट्रियसंस्कृतसंस्थान-जयपुरपरिसरः “योग-प्रतियोगितां” २८.१०.२०१७ तः २९.१०.२०१७ यावत् आयोजयति।

Yoga helps an individual to transcend the self and attain enlightenment. It is a way of living that aims towards a healthy mind with a healthy body. Keeping this concept, Rashtriya Sanskrit Sansthan, Jaipur

campus, Jaipur is organizing a "YOGA Competition" on upcoming 28-29<sup>th</sup> Oct. 2017.

अस्मिन् विषये सर्वेभ्योऽभिरुचिवद्भ्यः प्रतिभागिभ्योऽधोलिखिताः मार्गदर्शनबिन्दवो सन्ति यथा --

Following are the guidelines for all the interested participants:-

9. **आयुस्समूहः** - ८-११+११-१४+१४-१७+१७-२१+२१-२५+२५-३५+३५-४५, ४५+ तः उपरि चेति वयस्समूहेषु योगप्रतियोगिता भविष्यति।
1. **Age groups:**

The competition will be held for the given age groups boys and Girls, Men and Women 8-11, 11-14, 14-17, 17-21, 21-25, 25-35, 35-45, 45+
२. **पाठ्यक्रमः** - प्रतियोगिनिः आसनसप्तकम् अनिवार्यरूपेण करणीयं तेषु च द्वे आसने प्रौढवयसां समूहकृते वैकल्पिकरूपेण कल्पिते। पाठ्यक्रमः आयोजकेन निश्चेश्यते।
2. **Syllabus:**

Each competitor has to perform seven compulsory Asanas out of which two Asanas will be optional for mature age groups. Syllabus will be laid down by organizing campus.
३. **स्थितिकालः** - एकस्याः आसनावस्थायाः अवधि ३० 'सैकेण्ड' इति स्यात्।
3. **Retention:**

The duration of each Asana will be 30 seconds.
४. **जन्मतिथिः** - प्रतियोगिनः जन्मतिथिः ३०.११.२०१७ तमात् गणिष्यते। प्रामाणार्थं पंजियनकाले परिचयपत्रं टंकितजन्मतिथिम् आनेतव्यम्।
4. **Date of Birth:**

The Competitor's should be years as on 30-11-2017. Please keep your D.O.B ID proof at the time of registration.
५. **पंजीकरणम्** - ०१.१०.२०१७ दिनाङ्के ८.३० वादने राष्ट्रियसंस्कृतसंस्थाने जयपुरपरिसरे योगप्रतिभागिनां पंजीकरणं भविष्यति।
5. **Registration:**

Registration will start at 8.30 A.M. on 01 October 2017 at Rashtriya Sanskrit Sansthan, Jaipur campus.

६. **गणवेशः** - सर्वे प्रतियोगिनो 'ट्रैकसूट' इति वेषं धारयेयुः। अधिपंचविंशतिवर्षीयाः प्रतियोगिन्यः 'सलवारसूट' इति वेषं यदि ताभ्यः रुचिकरं स्यात् प्रतियोगिताकाले धारितुं शक्नुवन्ति। योगप्रतियोगितासमारम्भकालः नववादनं भविष्यति।

**6. Dress Code:**

All the male participants will wear track suit. Women above 25 years may carry Salvar suits (as if they like) competition will start at 9.00 A.M.

७. **शुल्कः** - प्रत्येकं प्रतियोगी ३००/- रूप्यकाणि प्रतियोगिताप्रवेशशुल्करूपेण दद्यात्। तत्र येषु दलेषु चत्वारिंशतोधिकाः छात्राः भविष्यन्ति तेभ्यः दलेभ्यः ५०% शुल्कमुक्तिः भवेत्। अल्पाहारः, मध्याह्नभोजनम् चायपानं च सर्वेभ्यः प्रतिभागिभ्यः उपलब्धानि भविष्यन्ति।

**7. Fee:**

Entry fee will be Rs. 300/- per Participant. There will be 50% concession for the teams having more than 40 students. Breakfast, Lunch and Tea will be provided to all the participants.

**८. पारितोषकः -**

१. सर्वेभ्यः प्रतिभागिभ्यः प्रमाणपत्राणि प्रदास्यन्ते।
२. प्रशंसाप्रमाणपत्रं योगसामग्री च लब्धप्रथमस्थानात् पंचमस्थानं यावत् सर्वेभ्यः प्रदास्येते। प्रथमत्रयश्च पदकैः अपि सम्मानिताः भविष्यन्ति।

**8. Prize:**

1. Certificates will be given to participants.
2. Top five participants will be honored with Appreciation Certificate & Yoga kit. First three will also be honored with Medals.

९. **पंजीकरणसमाप्तिः** - १५.१०.२०१७ दिनाङ्के भवति। अतः ये सन्ति अभिरुचिवन्तः ते कृपया १५.१०.२०१७ दिनाङ्के सायं: ४.०० वादनात् पूर्वं पंजीकरणार्थं सम्पर्कं कुर्युः।

९. Registration will be closed on 15<sup>th</sup> Oct. 2017. So those who are interested, kindly contact on or before 15<sup>th</sup> Oct. 2017 till at 4.00 P.M.

१०. पंजीकरणार्थमागमनकालः - २८.१०.२०१७ दिनाङ्के योग दलानां नववादनतः एकहोरापूर्व यथोक्तस्थलम् आगमनमावश्यकं वर्तते ।

**10. Arrival of Teams:**

Teams should reach at venue one hour before the competition time i.e. 9 A.M.

तत्र भवतां भवतीनाञ्च प्रतिभागितायां हार्दः सहयोगः अपेक्षितः ।

Your cordial participation and co-operation is expected

श्रेणि-निर्धारण-निर्णयविषये आयोजकसमितेः निर्णयमन्तिमः सर्वस्वीकार्यश्च भविष्यति ।

**Decision of Organising Committee regarding grading will be final and abiding to all**

सप्रश्रयम्

(नवीनतकुमारः)

(सहायकाचार्यः योगः विशेषज्ञश्च)

(प्रकाशपाण्डेयः)

प्राचार्यः

**Left side,**

**(Navneet Kumar)**

**Mobile : 9569664504**

[rksyoga200@gmail.com](mailto:rksyoga200@gmail.com)

**(Prakash Pandey)**

**Principal**

सेवायाम्

प्राचार्यः / प्राचार्या

.....

.....

To,

The Principal.

.....

.....