

योग प्रशिक्षण- कनिष्ठ सहायक/Yoga Prashikshan Kanishtha Sahayak

अध्ययन हेतु अनुभव प्रमाण पत्र

(Experience Certificate for studies)

प्रमाणित किया जाता है कि श्रीमती सुश्री/ श्री.....,पुत्र/पुत्री श्री  
..... ने वेदविद्यालय में दिनांक 12 अगस्त 2024 से 28 फरवरी 2025  
तक गुरु के अधीन निम्नलिखित गतिविधियों तथा योगाभ्यास जैसे- प्रतिदिन नियमित योग कक्षा में सूक्ष्म  
व्यायाम-अभ्यास, नेत्र एवं ग्रीवा (गर्दन), स्कन्ध (कन्धा), कटि (कमर), घुटने एवं पैर, सूर्यनमस्कार,  
योगासन एवं उनके प्रकारान्तर (ताड़ासन,वृक्षासन,कटिचक्रासन,त्रिकोणासन, पद्मासन, वज्रासन,  
भुजंगासन, योगमुद्रासन, पवनमुक्तासन, सेतुबन्धासन, उत्तानपादासन, शवासन) आदि एवं प्राणायाम  
(अनुलोम-विलोम, भ्रामरी), षट्कर्म अभ्यास (कपालभाति) तथा ध्यानाभ्यास कराने में मनोयोग से कार्यस्थ  
है तथा सहायता प्रदान की थी।

इन्होंने अपने वेदाध्ययन के साथ- साथ प्रशिक्षण के कर्तव्यों का निर्वहन पूर्ण निष्ठा एवं सद्भावना के साथ  
किया, इनका व्यवहार सहप्रशिक्षणार्थियों एवं गुरुओं के साथ सौहार्दपूर्ण रहा।

हम इन्हें उज्ज्वल भविष्य हेतु अध्ययन को अद्यतन करने के लिए शुभकामनाएँ देते हैं।

गुरु नाम.....

हस्ताक्षर

विद्यालय/पाठशाला/इकाई.....