

**सामूहिक साधनाएँ**

● **मुंबई: रविवार:** **हानी अली:** प्रातः ९ से ११ बजे; **संपर्क:** 'सौदागिन', दूसरी मंजिल, M.S.E.B. अफसर कोलोनी, लाला लजपतराय कालेज के पास, फोन: (०२२) २६४७४६४४.

**भांडुप:** १) प्रातः ६ से ७. **संपर्क:** सीनियर सिटिजन हॉल, ऊपानगर, भांडुप. फोन: २५६८५५५५. २) प्रातः ८ से ९, **स्थान:** १, आकृति अपार्टमेंट, २ री फ्रेन्ड्स कालोनी, भांडुप विलेज.

**धाने:** १) हर शनिवार सायं ५ से ७, **संपर्क:** श्री अडुकिया, फोन: २५४७७७४५, मोबा. ९३२०५-४९६८०. **डोंवीवली:** प्रातः ८ से ९, **स्थान:** देवचंद निवास, बी-६, जैन मंदिर के पास, धनश्याम गुप्ते रोड, फोन: २४०६२९२, २४८५६६२;

**बदलापुर** प्रातः ८ से ९ एवं सायं ६ से ७, **स्थान:** बदलापुर पुर्य, बरंद बिल्डींग मुक्ता अंगण नर्सरी स्कूल, पोस्ट कार्यालय के पास जि. ठाणे **संपर्क:** १) श्री शिर्के, फोन: (०२५१) २६९५४४६, मोबा. ८८५६०१७८८८, ७५८८७२३४६८, ८६९८१२७७०३.

**ठाणे** प्रातः ८ से ९ एवं ९ से १० **स्थान:** सार्थक असोसिएट्स शॉप न.१/२ साई आनंद प्लाजा बिल्डींग जुना आग्रा रोड, कॅसल मिल, ठाणे (प) **संपर्क:** श्री रवि मोरे, मोबा. ९२२३२९०४१६.

**शनिवार:** **नवी मुंबई:** सायं ४ से ५ बजे. **स्थान:** देवि आर. के. E3; 2/7 (C-Wing), यशोदिप, C.H.S., सेक्टर-२२, कोपर खैरने, **संपर्क:** २७५५२१८१८. **मुंबई:** प्रातः ७:३० से ८:३०, **स्थान:** ५/५३, A-1 अपार्टमेंट, २७० वालकेश्वर रोड, मुंबई-६ **संपर्क:** ९९३०९९६०२४, ९९३०९९६०८४.

**प्रतिदिन:** **गोवडी:** प्रातः ८ से ९, सायं ६ से ७, **संपर्क:** फोन - २५५६०६९७. **वाडा:** प्रातः ७ से ८, **स्थान:** डॉ. पाल, अश्विनी क्लिनिक, वाडा, धिवंडी. फोन: (०२५२६) २७१२२८. **कांटन ग्रीन (पूर्व):** सोम. से शुक्र. शाम ६ से ७; **स्थान:** मुंबई पोर्ट ट्रस्ट, सिविल सहायक अभियंता कार्यालय, G.W.N.D., काटन डेपो, **संपर्क:** श्री उषाडे, फोन: नि. २४१८५०२०, मो. ९८९२४५४१२६. **कांजूरमार्ग (पूर्व):** प्रातः ५ से ६, दोपहर २:३० से ३:३०. **स्थान:** श्री साळवे निवास, राहुल नगर. **संपर्क:** फोन: २५७८१६३३.

**अन्य:** **गामदेवी:** सोमवार से गुरुवार सायं ६ से ७. तथा शुक्रवार सायं ५ से ६. **संपर्क:** आदीती माक्रीम, वी, वतचा विला, वतचा गांधी रोड, गामदेवी, मुंबई-४००००७, मोबा. ९८६९९-०५९६८. **अंधेरी (प.) सामू. सा. हर महीने के तिसरे रविवार, पुर दिन संपर्क:** फोन: २६३३६६७१, नि. २४१३३५००.

● **शेष महाराष्ट्र: रविवार:** **वीड-** प्रातः ८ से ९, **स्थान:** सत्यवान जाधव, बालरोग रुग्णालय, शाहूनगर, वीड. **वर्धा:** प्रातः ८ से ९, **स्थान:** मगन संग्रहालय, वर्धा. **संपर्क:** फोन: (०७१५२) २४७२६१, मोबा. ९८९०६-१७२३५. **अमरावती:** प्रातः ९ से १०, **स्थान:** रामकृष्ण महाविद्यालय, दारापूर, ता. दर्यापूर, जि. अमरावती. **संपर्क:** २६६२१७९, २६६२१८३. **अंबाजोगाई:** सुबह ८ से ९, **संपर्क:** श्री खेडकर, फोन: २४८१०३. **यवतमाळ:** प्रातः ८ से ९. **स्थान:** विश्वशांती बुद्ध विहार, उमरसरा, यवतमाळ **संपर्क:** १) श्री ढोले, मोबा. ९४२२८-६५५७४, २) डा. राजकुमार भगत, मोबा. ९४२३४-३२४७५. **कोराडी:** प्रातः ६ से ७, मनोरंजन केंद्र क्रमांक २, कोराडी विद्युत विहार, एम.एस.ई.बी. कॉलोनी, कोराडी, नागपुर. **पुणे:** (१) प्रातः ८ से ९. **स्थान:** श्री चांडक, एस-३, रोहन चैबर्स, कोथरुड. फोन: २४४३९४७७. (२) प्रातः ८ से ९. **स्थान:** हतवीग स्कूल, पुणे-कॅम्प-४११-००१ श्री आय. एस. गांधी, मोबा. ९८९०५-६२२२६, ९४२२९-८६४७०. ३) प्रातः ८ से ९, **स्थान:** श्री चांडक, बालजी सोसायटी, संत एकनाथ नगर, विबवेवाडी, फोन: २४२१६४४१. ४) प्रातः ६:३० से ७:३०. **स्थान:** डॉ गानगा, डडन गार्डन, नगर रोड, वैकफिल्ड के आगे, फोन: २६६३३७४६, **इचलकरंजी:** प्रातः ६ से ७. **स्थान:** कवाडे गल्ली, **संपर्क:** श्री सुरेश कवाडे, मोबा. ९९७५१-३४३४५. **जयसिंगपुर:** प्रातः ६ से ७. **संपर्क:** १) श्री महावीर पाटील, मोबा. ९२२५८-१६६४२, २) श्री सुनिल चौगुले, मोबा. ९४२३२-८५१४०. **वाशीम:** प्रातः ८ से ९, **स्थान:** श्रीमती तुलसाबाई खडसे, अल्लाडा प्लॉट, वाशीम, **संपर्क:** फोन: (०७२५२) २३२६७६, **नांदेड:** प्रातः ५:३० से ६:३० **स्थान:** निसर्गाजलि, किशोर नगर. **संपर्क:** मोबा. ९४२२१८९३१८, ९४२२१७३२०२, **चंद्रपुर:** प्रातः ८ से ९, तथा हर रोज सायं ६ से ७. **स्थान:** महाप्रधन्या बुद्ध विहार, इंदिरा नगर धुंगुस **संपर्क:** मोबा. ९४२०११८२२०. **जलगांव:** प्रातः ८ से ९ तथा सायं ६ से ७. **स्थान:** एवं **संपर्क:** श्री सुरेश भालेरावजी, राजगीरी प्लॉट नं. ३१, गट

नं. १६५, सावखेडा शिवार, जलगांव, फोन: ०२५७२२८२८२१, मोबा. ९४२३५७५९६०.

**रविवार:** **पुणे (तळेगाव):** हर तीसरे रविवार प्रातः ९ से १०. **स्थान:** आनंद भवन, ११७५, मंगलवार पेठ, स्टेशन चौक, तळेगाव-दाभाडे. **संपर्क:** १) श्री शाह, फोन: (०२११४) २२२३१६, मोबा. ९८२२०४९८१६. २) कु. चौहान, फोन: (०२११४) २२२७२१, ९८२२८३०३२६.

**शनिवार:** **पुणे:** १) हर शनिवार: प्रातः ८ से ९, **स्थान:** गणेश विप, ८७, मयुर कालोनी, जोग स्कूल के पास, कोथरुड पुणे ४११ ०२९. **संपर्क:** डा. निखिल मेहता, फोन: २५४६-२३९४, मोबा. ९८९०३-३८७७४. २) प्रातः ८ से ९, **स्थान:** नापीयर रोड, कॅम्प. **संपर्क:** आय. एस. गांधी, मोबा. ९८९०५-६२२२६, ९४२२९-८६४७०. **जलगांव:** शाम ६ से ७, **स्थान:** नवरंग ट्रेडर्स १०४ दाणा बाजार, पोलन पेठ, जलगांव **संपर्क:** मुकेश कुकरेजा, फोन: (०२५७) २२२५२०८, मोबा. ९८२३४-९६९६०.

**गुरुवार:** **पुणे:** १) हर सुबह ८ से ९, **स्थान:** श्री चाबुकस्वार, पिंपरी विचवड स्पॉर्ट्स क्लब, साधु वासवानी गार्डन, काळेवाडी पुल के पास, पिंपरी; २) हर शाम ७ से ८, **स्थान:** श्री राठी, सेनापती बापट रोड, फोन: २५६५४७९९.

**बुधवार:** **नाशिक:** सायं ६:३० से ८:३०. **स्थान:** "मातृभूमि प्रबोधन समिति", डॉ. बाबासाहेब अंबेडकर भवन, जेल रोड, नाशिक रोड फोन: २३४७९०८. **आलीबाग (रायगढ़):** सायं ७ से ८, हर रविवार प्रातः ८ से ९, तथा हर पूर्णिमा सायं ६ से ७. **संपर्क:** श्री बनसोडे, फोन: (०२१४१) २९५१४१.

**मंगलवार:** **लातूर:** तथा रविवार प्रातः ६ से ७, गुरुवार सायं ६:३० से ७:३०, **स्थान व संपर्क:** पशुपतिनाथ नगर, आदर्श हॉल के पीछे, आउसा रोड. फोन: २४५६६६, फैक्स: २४६३३३; **पूर्णिमा:** **पुणे:** सायं ६:३० से ७:३०. **संपर्क:** परेश गुजराती, फोन: २५४४७९९६.

**प्रतिदिन:** **नाशिक:** दोपहर ३ से ४. **स्थान:** अंबड लिंक रोड, सिडको-४२२००१, **संपर्क:** १) शैला उषाडे, मोबा. ९८९०३७५९९, २) राजश्री शेजवळ, मोबा. ८१४९६२९९१२.

**पुणे:** सुबह ८ से ९ एवं शाम ६ से ९, **स्थान:** श्री विनायक जगताप, १२५/१अ, राज सोसायटी, L.I.C. कालोनी के पास, पौड रोड, फोन: २५४१०७९६. १) **अकोला:** शाम ६ से ७, **संपर्क:** डा. सावजी लेडीहार्डीगंज के पास, मोबा. ९४२२८६१२०७. २) शाम ६ से ७, **संपर्क:** श्री झुनझुनवाला, मोबा. ९४२०१८५७६६.

**अहमदनगर:** शाम ६ से ७, **संपर्क:** फोन: २३४००५५, २३४००६७. (संपर्क समय शाम ४ से ७) **औरंगाबाद:** १) प्रातः ५ से ६:३०, तथा सायं ६ से ९. **स्थान:** तक्षशिला विहार, संजयनगर, **संपर्क:** १) श्री धोरपट, संजयनगर मुकूंदवाडी औरंगाबाद-४३१२१०, मोबा. ९६७३०-५३८६८. २) प्रातः ५ से ६, तथा सायं ६ से ७. **स्थान:** मैत्री बुद्धविहार, उस्मानपुर पीर बाजार, एकनाथ नगर रोड **संपर्क:** विश्वंभर वाढवे, मोबा. ९३२६०-३२६१०. **परभणी:** सुबह ५ से ६, **स्थान:** म. फुले कॉलोनी, समाज मंदिर. **शेगांव:** शाम: ६ से ७. **स्थान:** अपना बाजार **संपर्क:** श्री ग्वालानी, फोन: (०७२६५) २५३४५६.

**आकोट:** प्रातः ७ से ८, सायं ६ से ७. **स्थान:** शितल व्हिडीओ सेंटर, **संपर्क:** श्री अग्रवाल, मोबा. ९९७०३-६०३०४. **बोरगाव:** सुबह/शाम ६ से ७, **संपर्क:** श्रीमती तायडे, फोन: २४७९१७. **कोटवा:** प्रातः ५:३० से ६:३०, सायं ६ से ७. [⊕ बाल-शिवर - दूसरे, तीसरे व चौथे रविवार] **स्थान व संपर्क:** व्यवस्थापक, तथागत विद्यालय, कोटवा, ता. बाभुलगांव.

**उमरखेड:** प्रातः ५ से ६. तथा सायं प्रातः ७ से ८, **स्थान:** प्रेरणा ध्यान केंद्र, संभाजी नगर, **संपर्क:** १) श्री. कानोदे, मोबा. ९४०४८२७४६३, २) श्री. मोसीकर, मोबा. ९४२००४४७०२. **मनमाड:** सुबह और शाम ६ से ७; ⊕ बाल शिवर: हर दूसरे तथा चौथे रविवार, **संपर्क:** श्री गांगुर्डे, फोन: (०२५९१) २२४५४४. **जलगांव:** १) प्रातः ५:३० से ७. तथा रविवार प्रातः ७ से ९ **स्थान:** श्री एम. एम. शास्त्री, विद्युत नगर, महाबल रोड, जलगांव के पास, फोन: २२६२२५०, ९४२३७-७३५२०, २) प्रातः ६ से ७. तथा रविवार प्रातः ८ से ९ **स्थान:** श्री माळी, प्लॉट नं. १३, "दर्यासागर", हरेश्वर नगर, महेश्वर प्रगती मंगल कार्यालय के सामने, रिंग रोड, जलगांव. मोबा. ९४२३१-८७११२, **अहमदपुर:** सुबह और शाम ८ से ९ **स्थान:** श्रीसदन, थोडगा रोड. **संपर्क:** डा. एम. एस. चेरकर, मोबा. ९४२३७-७६८०२.

**अमरावती (दादीपेटी):** सायं ८ से ९. **संपर्क:** डा. तेलमोले, मोबा. ९८५०५-२८९०४. **चंद्रपुर:** (१) सायं ६ से ७. **स्थान:** मानवता विहार, नगिनाबाग, **संपर्क:** डा जितेंद्र खोब्रागडे, मोबाइल: ९८२२५-७०४३५, (२) सायं ६ से ७. तथा हर रविवार प्रातः ८ से ९, **स्थान:** प्रोफे. वेल्हे निवास नगिनाबाग, मोबा. ७७९८१४७६४८, (३) सायं ६ से ७. तथा हर रविवार प्रातः ६ से ७, **स्थान:** तथागत विहार जयभिम चौक, बल्लारपुर, **संपर्क:** श्री प्रमोद भोवटे, मोबा. ९३७०३१२६७३.

**अन्य:** **कोल्हापुर:** हर शनिवार तथा रविवार, प्रातः ६ से ७. **संपर्क:** १) श्री जयवंत डेकळे, मोबा. ९७६७४-१३२३२, २) श्री मनोहर मिरजे, मोबा. ९३७११-००५५१. **सांगली:** हर शनिवार तथा रविवार, प्रातः ६ से ७. **संपर्क:** हेमाताई चौगुले, फोन: (०२३३) २३०४०३४, २३०४५२१.

● **राजस्थान: रविवार:** **जयपुर:** सायं ६ से ७. **स्थान:** ६७ बर्मीज कॉलोनी, जयपुर. फोन: २६०९३८५, २६०७९३२. **वालेतरा:** प्रातः ६:३० से ७:३०. **स्थान:** उपादेवी, पुंगलिया भवन, खेड रोड. फोन: २२२२१५. **भरतपुर:** सायं ६ से ७. **स्थान:** पेंशनर भवन काली बगीचे के पास स्वर्ण जयन्ती नगर (सिंघल नर्सिंग होम के सामने) भरतपुर. **संपर्क:** १) श्री ओ. पी. शर्मा, मोबा. ९४१४६-९३८१४. २) श्री दिनेश चन्द्र गुप्ता, मोबा. ९७७२३-७७९८४. **रेवाडी:** सायं ४ से ५. (⊕ बाल-शिवर भी) **संपर्क:** श्री यादव, सुरेंद्र फोटो स्टेट, मेन ब्रांच पंजाब ने. बैंक के पास, सर्कुलर रोड, फोन: २२३९४७. **अजमेर:** १) प्रातः ८:३० से ९:३०, **स्थान:** लोहा हवेली, नया बाजार. २) प्रातः ६:३० से ७:३०, **स्थान:** कबीर आश्रम, धोला मारा. **संपर्क:** श्री शर्मा, फोन: २६४०७४८. ३) प्रातः ८ से ९ **स्थान:** महाबोधि अशोक विहार, महाबोधि मार्ग, गौतम नगर, **संपर्क:** फोन: (०१४५) २६९०२३५.

**श्रीगंगानगर:** शीतकाल के समय प्रातः ८:३० से ९:३०, तथा गरमी के समय प्रातः ७:३० से ८:३०, **स्थान:** सीटी हॉस्पिटल, ४५, मॉडेल कॉलोनी, जवाहर नगर, **संपर्क:** डॉ. जी. एस्. हेर, पुरानी अबादी, श्रीगंगानगर, फोन: (०१५४) २४७४८२४, ०-९४१४०९३८२४.

**अन्य:** **उदयपुर:** **संपर्क:** हरीश कुमार व्यास, व्यास भवन २, करम शील मार्ग उदयपुर - ३१३००१ (राजस्थान), फोन: (०२९४) २४३११५१. **जोधपुर:** हर शनिवार प्रातः ७:३० से ८:३०. **स्थान:** राजस्थान पेंशनर समाज, जर्मन ट्रेजरी के पीछे, पओत, जोधपुर **संपर्क:** श्री राम सिंह सोलंकी, फोन: (०२९१) २५३९५३८.

**प्रतिदिन:** **जयपुर:** प्रातः ६:१५ से ७:१५, तथा शाम ५:१५ से ६:१५, **स्थान:** ४०३, प्रिंस अपार्टमेंट, गुलाब उद्यान के पास, बनी पार्क, **संपर्क:** ९४१३१-५७०५६, ९८२८३-८४२२७. **दोंक:** शाम ६ से ७, योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा भवन, छावनी चुंगी नाका, जयपुर रोड, फोन: २४५८४५.

● **नई दिल्ली: रविवार:** प्रातः ८ से ९, १) श्री कैलास अरोरा, १५/२, पंजाबी बाग, एक्स. फोन: २५९३१८५७, २) श्री अरुण कुमार गुप्ता, ७९ इन्जीनियर्स एनक्लेव पीतमपुर, फोन: २७०१२१६४, प्रातः ९ से १०, १) श्री हरी भाई लालवानी, वी-१०५, सेक्टर-४०, नोएडा, मोबा. ९८११०-७१४७३, **मंगलवार:** सायं ६:३० से ७:३०. **संपर्क:** डॉ. नीना लखानी, १/१८, शान्ति निकेतन, फोन: २४११४२२१, ९८६८५३०९९५.

**बुधवार:** सायं ६:३० से ७:३० **संपर्क:** बी.के. अग्रवाल, वी-१२४ सेक्टर-२६ नोएडा मोबा. ९८७३५६१८०१. **गुरुवार:** सायं ६:३० से ७:३० **संपर्क:** श्री प्रेम चौहान, सी-८५, जे. वी. टी. एस. गार्डन छतरपुर एक्सटेंशन, नई दिल्ली-७४, फोन: ९३५०२८९१२.

**शनिवार:** प्रातः ९ से १० **संपर्क:** प्रो. एम. आर. रवि, ब्लॉक-व्ही-४०१, वैल्यू एड्यूकेशन सेंटर, आई. आई. टी. नई दिल्ली-१६, फोन: २६५९१५८९, सायं: ४:३० से ५:३० **संपर्क:** फोन: २६८१९४४४, ९८१००२६८३२. प्रातः ८ से ९ **संपर्क:** १) श्री मुकेश गुप्ता, BW-18 शालीमार अपार्टमेंट, शालीमार बाग, दिल्ली-८९ फोन: ९३१२२-३०२९०, सायं ५ से ६ श्री नितिन जैन, २१०७/१ बवाना रोड, नरला दिल्ली-४० फोन: ६५१९५४७१, ९८७१८७३०२१. प्रातः ८ से ९ **स्थान:** १/४५४४ वी गली ५/८ राम नगर एक्सटें. मंडोली रोड, शहादरा, **संपर्क:** श्री आर. एन. गौतम, मोबा. ०११२२१३४८७२, ०९८६८८८५३४४.

**प्रतिदिन:** प्रातः ५ से ६. तथा हर रविवार दोपहर २ से ४ **संपर्क:** डॉ. कौशल कुमार भारद्वाज, IX ११२२ यमुना बन्ध रोड, गांधी नगर दिल्ली-३१, फोन: २२०८२२८८, ९८१००६१६२२. प्रातः ७:४५ से ९:४५ और सायं ५:०० से ७:००, **स्थान:** श्री ब्रह्म प्रकाश अग्रवाल, रोड नं. ३३, पूर्वी पंजाबी बाग आर्य समाज मंदिर नई दिल्ली-२६, फोन: ९२१३६३७९६८, २८३१३९८४.

**अन्य:** पहले व तीसरे शनिवार सायं ६ से ७, भारती पब्लिक स्कूल, स्वास्थ्य विहार, विकास मार्ग, दिल्ली-९२, मोबा.

१८१०३७२५२७. दूसरे, चौथे व पांचवे शनिवार सायं ६:३० से ७:३०, सी-९९, आनन्द विहार, दिल्ली-९२, **संपर्क:** श्री अनुज, मोबा. २२१४०१५९.

● **हिमाचल प्रदेश:** **पौटा साहिब:** **संपर्क:** श्री शर्मा फोन: (०१७०४) २२२७९७. **किन्नोर:** **संपर्क:** श्री नेगी, अनिल कुटीर, PWD विश्राम गृह के पास, रिफॉर्ग पिओ, जिन्ना-किल्नौर. फोन: ९८०५२-१४७६९ **धर्मशाला:** हर रविवार **संपर्क:** सुश्री फ्रांसीस एव कोरी, TCV के पास राम नगर, धर्मशाला, फोन: ०१८९२-२२३०७८, २२३५८०.

● **हरियाणा:** **रविवार:** **पलवल:** प्रातः ९ से १०, **स्थान:** श्री रामजी लाल धारीवाल, ११२ आर, न्यू कालोनी, पलवल-२. फोन: ०१२७५-२५२, मोबा. ९८१२७६०९७८. **रेवाड़ी:** सायं ४ से ५, **स्थान:** सुरेन्द्र यादव, चंद्रा विद्यापीठ, साधू साह नगर, तुरकीबाइ रोड, फोन: २२२९४७. **रोहतक:** (१) सायं ४ से ५, **स्थान:** श्री शाश्वत, कोठी नं. ३७, सेक्टर-१, फोन: २७४१४८. **पानीपत:** (१) प्रातः ९ से १०, **स्थान:** २०८, विराट नगर, बाल विकास स्कूल के पास, फोन: २६५२८३२. **हीस्सर:** अप्रैल से अक्टूबर तक प्रातः ८ से ९, नवंबर से मार्च प्रातः ९ से १०, **स्थान:** हाऊस नं. १३३३, सेक्टर-१३, हीस्सर **संपर्क:** मोबा. ९४१६३९२६६६, ९८९६४-००४६६, **अम्बाला:** प्रातः ८ से ९, **स्थान:** ३१६, प्रेम नगर, अम्बाला शहर, **संपर्क:** श्री. के सासन, मोबा. ०९४६७९-४७७८३, **गुडगांव:** प्रातः ८ से ९, **स्थान:** हाऊस नं. १२६१ सेक्टर-४ गुडगांव, **संपर्क:** ग्यानेश्वर शारदा, फोन: (०१२४) २२२२८२६, मोबा. ९८११५-०१६२१.

**गुरुवार:** **फरीदाबाद:** प्रातः ७ से ८ **संपर्क:** डॉ० लाल सिंह, हाऊस नं. ५८, सेक्टर-१६ए, फरीदाबाद फोन: ९५१२९-२२२२३३, मोबा. ९८७१३-७७५५५.

**शनिवार:** **गुडगांव:** प्रातः ८ से ९ **संपर्क:** (१) श्री एम. एल. शर्मा, हाऊस नं. ९८० सेक्टर-१४ गुडगांव फोन: ९५१२४-४००६१५, **करनाल:** प्रातः ८ से ९ **संपर्क:** श्री राकेश, हाऊस नं. १३६५, सेक्टर-७, मोबा. ९४१६५६७८९९.

**प्रतिदिन:** **फरीदाबाद:** (१) प्रातः ४:३० से ६:३०. **स्थान:** श्री चन्द्रा, ५-ए-१, एन आय. टी. फोन: (०१२९) ३२९-४०१२. (२) सुबह ८ से ९. **संपर्क:** डॉ० लाल सिंह, जेतवन बुद्ध विहार, खिखा कॉलोनी, बल्लभगढ़ फरीदाबाद मोबा: ९८७१३७७५५५.

● **उत्तर प्रदेश:** **रविवार:** **लखनऊ:** प्रातः ८ से ९. **स्थान व संपर्क:** श्री जैन, ए-३०२, स्टर्लिंग अपार्टमेंट, ९ विश्वविद्यालय मार्ग, फोन: २७८१८९६. **उरई:** प्रातः ८ से ९ बजे. **स्थान:** श्री गुप्ता, गणेश दालमिल कंपाउंड, राठ रोड, उरई. फोन: २५२२६४.

**गाजियाबाद:** (१) पहला रविवार छोड़कर हर रविवार, प्रातः ८ से ९, **संपर्क:** फोन: ९५१२०-२७२१७०५. (२) प्रातः ८ से ९. फोन: २७६७७८५. (३) प्रातः ७ से ८. **स्थान:** धम्म प्रकाश चैरिटेबल ट्रस्ट, महानाम बुद्ध विहार, डी-ब्लॉक, अन्सल इस्ट एन्ड कालोनी, ट्रानिकासिटी, लोनी जनपद. फोन: ९८९९१-६२७०७. (४) सायं ६ से ७. **स्थान:** इंदर गडी ग्राम, पो. अध्यात्मीक नगर. फोन: (०१२०) २७६-६०२८. (५) हर रविवार, प्रातः ७ से ८:३०, **स्थान:** बुद्ध वाटीका सेक्टर-१५. **संपर्क:** मोबा. ९९११७६१९५२. **नोएडा:** प्रातः ८ से ९. **स्थान:** श्री अखिलचंद्रा, डी-४१, सेक्टर १२, फोन: २५४२९७०. **फतेहपुर:** प्रातः ८ से ९ **संपर्क:** एवं **स्थान:** राजकुमार सिंह चौहान, १९ सादीपुर, फतेहपुर-२१२६०१; मोबा. ९३६९१-१२२८०. **इलाहाबाद:** प्रातः ८ से ९ **स्थान:** ६-मिशन रोड, मैरी वान मेकर स्कूल के सामने, कचेहरी के पास, इलाहाबाद: **संपर्क:** (१) यम. पी. श्रीवास्तव, मोबा. ९८३८०-०४५५४, (२) श्री. गुप्ता. मोबा. ९४५०६-०९६६६. **मेरठ:** (१) प्रातः ७ से ८. **संपर्क:** श्रीमती अग्रवाल, फोन: ०१२१-२६४३३३५. (२) पहले रविवार, प्रातः ७ से ८, **स्थान:** ध्यान केन्द्र दिल्ली रोड, शंकर काटे के पीछे **संपर्क:** ०९३१९१४५२४०.

**शनिवार:** **गाजियाबाद:** प्रातः ८ से ९ श्री यशवंत सिंह, जे-२८, गोविंद पुरम, गाजियाबाद. फोन: ९५१२०-२७६७७८५. **नोएडा:** प्रातः ९ से १०. **स्थान:** प्राकृति, एफ-७२-ए, सेक्टर-२२. **संपर्क:** कु. भारती. मोबा. ०९८१०३-७२६२७.

**प्रतिदिन:** **मेरठ:** (१) प्रातः ६:३० से ७:३०. **संपर्क:** डा. सुरेश किर्न, फोन: ०९३५८७१७४७२. (२) प्रातः ५ से ६ तथा सायं ७ से ८ **संपर्क:** सुशील धौलानी, मोबा. ९४१२७०९९९३. (३) सायं ६ से ७ **संपर्क:** श्री रामकुवर गुप्ता, फोन: ९३१९१४५२४०.

**गाजियाबाद:** प्रातः ५ से ६, एवं सायं ६ से ७ तथा हर रविवार सुबह ९:३० से १०:३०, श्री डी. एस. वालिया, ए-६, फ्लॉट नं. १३, रेल विहार, इन्दापुरम, गाजियाबाद, फोन: ०१२०-२९०२६५९, मोबा. ९८६८९७६६०.

**अन्य:** **अलीगढ़:** सायं ६ से ७ **स्थान:** एम. आय. जी-३१ स्वर्ण जयंती नगर, ए.डी.ए. राम घाट रोड, अलीगढ़ **संपर्क:** (१) भीष्म सीध मोबा. ०९३१९५७८२६८, (२) हरी ओम शरन, (०५७१)

२७४०२२०

● **उत्तरांचल:** **रविवार:** **देहरादून-१)** प्रातः ६ से ७, **संपर्क:** श्री सुदर्शन कुमार, जीवन ज्योति अकादमी, ३३८/१, धरमपुर, फोन: (०१३५) २६७५५८२; (२) प्रातः ८ से ९, **संपर्क:** श्री सिंह, फोन: २७६७७८५; **नानकमत्ता:** प्रातः ६ से ७, **संपर्क:** श्री रियेत, फोन: २५१५७० **खटिमा:** दोपहर २:३० से ३:३०. **संपर्क:** श्री रामायण, मेलाघाट. **नैनीताल:** प्रातः ८ से ९. **संपर्क:** श्री दधिचि. फोन: (०५९४२) २३६२८६. **हल्द्वानी (नैनीताल):** (१) प्रतिदिन प्रातः ४:३० से ६:३०. **स्थान:** 'कमला कुंज', अशोक विहार, तीनपानी. (२) रविवार प्रातः ८ से ९. 'हर मिलाप सदन', भोलानाथ गार्डन, उमेश पहा. फोन: (०५९४६) २५४७९९. **टनकपुर:(१)** प्रातः ४:३० से ६:३०. **संपर्क:** श्री विष्णु, मोबा. ९८९७७३६७२७. (२) प्रातः ७ से १२ श्री जगदीश मुरारी मुरारी बाटीका मोबा. ९८९७७३६७२७.

**शुक्रवार:** प्रातः ८ से ९. **संपर्क:** श्री मुरारी, मुरारी सदन, टनकपुर.

**प्रतिदिन:** **टनकपुर:** (१) प्रातः ८ से ९. **संपर्क:** (१) श्री बलबीर चंद्र सैलानी गो. (२) श्री बदीदत्त पंत आमवाग.

● **गुजरात:** **रविवार:** **विसनगर:** प्रातः ८ से ९. **स्थान:** कर्मभूमि विल्डींग, दूसरा माला, पटेल वाडी के पास गोविंद चकला विसनगर-३८४३१५ (न्यु. गु.) **अहमदाबाद:** (१) प्रातः ८ से ९ एवं वृहस्पतिवार दोपहर ३:३० से ४:३०, **स्थान:** सी-५, राजहंस सोसायटी, सेंट जेवियर्स कॉलेज रोड, एलिस ब्रिज, **संपर्क:** श्रीमती शेलत, फोन: २६३०५७२४. (२) प्रातः ८ से ९, **स्थान:** मैत्री जॉट नं. १२३०/२, सेक्टर २A, गांधीनगर. **संपर्क:** भरतभाई राठोड, फोन: २३२३-५६३९. (३) सायं ६ से ७. **स्थान:** ४, आश्रमपार्क सोसायटी, पंचशील संकुल, राणीप. श्री शुशीलभाई राहुल, फोन: २७५४४९४७. **सुरेन्द्रनगर:** हर रविवार प्रातः ९ से १०, **स्थान:** सुरेन्द्रनगर विपश्यना केंद्र, महासती कसणाबाई, मंगल-१०, बैंकर्स सोसायटी, फोन: ०९४२९२७९८८४. **भरुच:** प्रातः ८ से ९. **संपर्क:** श्री पारीख, "धम्मकुटीर", बी/६८, अवधुत नगर सोसायटी, भोलव, फोन: २४९२९०. **अंजार-कच्छ:** प्रातः ९:३० से १०:३०, **संपर्क:** श्री कोटक, फोन: (०२८३४) २४३७९९, २४००९७. **राजकोट:** सामू. साधना: (१) हर रविवार प्रातः ८:०० से ९:००, **स्थान:** मासुम स्कूल, बी/एच SNK स्कूल युनिवर्सिटी रोड. (२) हर मंगलवार **स्थान:** ३८ किरण सोसायटी बी/एच गॉलफ़ी, प्रातः ७:३० से ८:३० (३) हर शुक्रवार विभाकर निवास धरेश्वर चौक भक्ती नगर सर्कल के पास प्रातः ७:३० से ८:३०. (४) हर शनिवार कोटेचा नगर स्ट्रीट-१ बी एच अपना बाजार नयन विहार के पास प्रातः ७:३० से ८:३० तथा रोज सायं ६:१५ से ७:१५. (५) हर रोज सिटी ऑफिस भाभा गेस्ट हाऊस दोपहर ३ से ४. **तीसरे रविवार सेमिनार तथा सामू. साधना:** प्रातः ८ से १०:३० **स्थान:** चाणक्य अपार्टमेंट धर्म सिनेमा के पास.

**अन्य:** **गुरुवार:** **मेहसाना:** प्रातः ६ से ७, **स्थान:** उरवशी बंगले रामोसना रोड, मेहसाना-३८४००२ (न्यु. गु.)

**प्रतिदिन:** **सुरेन्द्रनगर:** सायं ६ से ७ (रविवार अपराह्न ३ से ४), **स्थान:** जैन साहब, बोस्टन होटल, जूना जंक्सन रोड, फोन: २२४१९३; **बड़ोदा:** हर सोमवार सायं ७ से ८, **स्थान:** २१, केंद्र नगर सोसा., चित्रकूट सो. के पास, रुसेवेन्ट स्कूल, वाघोडीया रोड, फोन: २५१०५०४. हर शनिवार सायं ७ से ८, **स्थान:** किन्नी-३, वामविल्ला, निज़ामपुर फोन: २७८२५८४. **सुरत:** प्रातः ७:१५ से ८:१५. **स्थान:** "समता"-२ नेहरु नगर, शुश्रूत हॉस्पिटल के पास. **संपर्क:** ०९८२५१४८२६८.

● **झारखंड:** **रविवार:** **जमशेदपुर:** प्रातः ८ से ९. **संपर्क व स्थान:** श्री तुली भिक्षु आनंद, फोन: २४२८२८८, बोधि सोसायटी, सुवर्णरेखा लिंक रोड, राजेंद्र विद्यालय के पास, सक्की, जमशेदपुर-८३१००१.

● **छत्तीसगढ़:** **रविवार:** **दुर्ग:** प्रातः ८ से ९, **संपर्क:** श्री गांधी, फोन: २२११९४५. **भिलाई:** सायं ५ से ६ तथा गुरुवार सायं ६ से ७. **संपर्क:** श्री दुबे, फोन: २२७१४६६. **रायपुर:** (१) प्रातः ८ से ९, **स्थान:** मित्तल काम्लेक्स, तेलघमी नाका, रायपुर, **संपर्क:** श्री गुप्ता, मोबा. ९४२५२-०५३१०. (२) हर शनिवार: सायं ६ से ७ **स्थान:** दिनदयाल उपाध्याय नगर, **संपर्क:** अनिरुद्ध कोचे, मोबा. ९८२६३-८८३०८. **राजनांदगाव:** प्रातः ७ से ८, **संपर्क:** श्री श्रीवास्तव, फोन: २२२१२८

**प्रतिदिन:** **दुर्ग:** प्रातः ६ से ७, **संपर्क:** श्री डोंगरे, फोन: २३२१०२४. **रायपुर:** प्रातः ८ से ९, **स्थान:** विवेकानंद नगर, रायपुर; **संपर्क:** श्री सतीसाहू, मोबा. ९९७७४-५६१११.

● **मध्यप्रदेश:** **प्रतिदिन:** **शिवपुरी:** प्रातः ४:३० से ५:३०, सायं ६ से ७. तथा हर रविवार प्रातः ८:०० से ९:००. एवं **वच्चो की आनापान सामू. साधना:** हर रविवार ९:१५ से ९:३०.

**संपर्क:** नीरजा वर्मा ६ शिवा नगर, शिवपुरी. फोन: ०७४९२ २२१७११, ०९४२५४-८९३३६. **इंदौर:** हर रविवार, ८ से ९ **स्थान:** अल्पलाईन स्कूल, अन्नपुरा रोड. **संपर्क:** श्री. ताम्रकर फोन: ९८२७५-६१६४९. **भोपाल:** (१) प्रातः ७:३० से ८:३०. **स्थान:** श्री केला, E1/82, अरेरा कालोनी. फोन: (०७५५) २४४६५२०.

**सीधी:** प्रातः ७ से ८ बजे. **संपर्क:** डॉ. सिंह कुशवाह, फोन: २५१३९७. **खंडवा:** सुबह ८ से ९ **स्थान:** ४७, आझाद नगर, प्रमोद जैन, मोबा. ९४२५०-८५०८४. **जबलपुर:** (१) सायं ६:३० से ७:३०, **संपर्क:** श्री चान्दोरकर, मो. ९७५२४-५५३०४. (२) तथा विभिन्न स्थानों पर, **संपर्क:** (१) श्री महेश, मो.-९९८१५-९८३५२ (२) श्री मेहरा, मो. ९४२४३-५५२१४. **कटनी:** हर रोज सुबह एवं सायं ६ से ७ तथा हर रविवार सुबह ८ से ९; **संपर्क:** डॉ. गुप्ता, फोन: (०७६२२) २२२५२५, २२४८४८. **ग्वालियर:** प्रातः ८ से ९. **स्थान:** बुद्धविहार पंचशील नगर, मेला ग्राऊण्ड के पीछे. **संपर्क:** श्री आर. ए. मित्तल, मोबा. ९४२५७७६१९४, २. श्री डी. आर. गौतम, मोबा. ९४२५६-१९९३५.

**रविवार:** **रीवा:** प्रातः ८ से ९. **स्थान:** डा. सी. के शर्मा, फोन: (०७६६२) २४२९८२. मोबा. ९४२४३-३८२४९. **बुधरा (शहडोल):** प्रातः ८ से ९. **स्थान:** विपश्यना साधना सेवा समिती टिकुरी टोला. **संपर्क:** मोबा. ०९४२४३-५२८३८. **जबलपुर:** प्रातः ९ से १०. **स्थान:** विमल मेटेनरी होम डा. अलका अग्रवाल का निवास अधारताल, **संपर्क:** (१) डा. अनिल अग्रवाल मोबा. ०९४२५१-५३२५६, (२) सौरभ श्रीवास्तव, मोबा. ०९३०१०-६७४९४. **इंदौर:** प्रातः ८ से ९ **स्थान:** अल्पलाईन स्कूल, **संपर्क:** श्री सुनील ताम्रकर, मोबा. ९८२७५-६१६४९.

● **दक्षिण भारत:** **रविवार:** **याचाम् (आंध्रप्रदेश):** सायं ७ से ८; **स्थान:** पी. विष्णुमूर्ति, पोस्ट और मण्डल, जि. रंगा रेडि; **संपर्क:** फोन: २२४३२२९. **हैदराबाद:** (१) प्रातः ८, **संपर्क:** श्री दिपांजु मानसिंगका, फोन: (०४०) २३००३०११, मोबा. ९९१२८-८८२२९. (२) प्रातः ७ से ८; **संपर्क:** श्री एम श्रीधर, फोन: (का) (०४०) २४०६६०९०, २४०६९९२१, मोबा. ९८४८०-१७७७९. **कोयमबतूर:** प्रातः ८ से ९, **संपर्क:** संगम स्टोर्स, २६ ८३२, आर. जी. स्ट्रीट, फोन: २४७२४४१, नि. २४३६२०. **बैंगलोर:** हर रविवार (१) प्रातः ८:३० से ९:३० **स्थान:** जयनगर ४<sup>थ</sup> ब्लॉक बैंगलोर-११, **संपर्क:** (केवल शनिवार तथा रविवार सुबह ९ से सायं ६ तक) राजेश्वरी, मोबा. ९८६७७५४०१. (२) प्रातः ९ से १० **स्थान:** साराजापुर रोड, बैंगलोर-५६०१०२. **संपर्क:** १. श्री निर्मला बोथरा, मोबा. ९३४१२२२९९९, २. स्वाती, मोबा. ९३४२६-७५८११. (३) प्रातः ८:३० से ९:३०, **स्थान:** मल्लस्वरम-५६०००३, **संपर्क:** श्री दिनेश कुमार, मोबा. ९९४५२-३८४४१. (१) पहले रविवार प्रातः ९:३० से १०:३०, **स्थान:** व्हाइट फिल्ड बैंगलोर-५६००६६, **संपर्क:** श्रीमती वल्लरी/राजेश, मोबा. ९७४०३-२२४४७. **मैंगलोर:** सायं ५ से ६, **संपर्क:** श्री परी, "वासुदेव", डोअर नं. ६-१५-५८५/३, गुंड्राव लेन, मन्नागुड्डा, फोन: २४५८०२५. **कालीकत:** हर तीसरे रविवार **संपर्क:** (१) हरी शंकर वावु, फोन: (०४९५) २७०३६१० (नि.), २३३०३६४ (आ.) (२) फ्रांसीस वदन, फोन: ९४४७४-७७३८८

**पांडिचेरी:** प्रातः ७ से ८ **स्थान:** नं १७ रू देला रोमन रोल्लेन्ड लाईब्रेरी के सामने, (चिन्डेन विंग) **संपर्क:** (१) श्री. जे. पी. दोडीया, फोन: ०४३३-२३३९२७५,

**शनिवार:** **बैंगलोर:** हर शनिवार सायं ६ से ७. **स्थान:** विजयनगर, बैंगलोर-४०, **संपर्क:** १. श्री तुकाराम, मोबा. ९४८१५-८४१०१, २. पवन कुमार, मोबा. ७७६०७-५२२२०.

● **पूर्व भारत:** **रविवार:** **सिलीगुड़ी:** हर मंगलवार तथा शुक्रवार सायं ५ से ६. **संपर्क:** श्री बरुआ, उलाजी भवन, ७७८, प्रीतिलता सरोनी, हरिदरपारा, सिलीगुड़ी, जि. जलपाईगुड़ी **अगरतला:** प्रातः ८ से ९ तथा हर रोज सायं ७ से ८. **संपर्क:** श्री चाकमा, खकचंग अगरतला-५. मोबा. ०९४३६४-५८२०४. **गुवाहाटी:** प्रातः ८ से ९ तथा सायं ५ से ६. **संपर्क:** मोबा. +९१ ९९५४७११३४३, ९४३५५५३०६५. **उड़ीसा:** प्रातः १० से ११, **स्थान:** विपश्यना ट्रस्ट, भुवनेश्वर, एमआयजी-१२०, कलींग विहार, केए, पत्रपाडा, भुवनेश्वर-१९ **संपर्क:** (१) श्री कर, फोन: ०६७४-२३५४२०७, ९४३७१३०१९. (२) श्री डी. एल दास, फोन: (०६७४) २४७५७५७, ९४३८०१२१६६, **दार्जिलिङ:** दोपहर २:३० से ३:३०, **संपर्क:** (१) सुश्री पासाङ्ग वाङ्मो, मोबा. ०९४३४३२९१०६, (२) श्रीमती कामिनी बन्जन, मोबा. ०९४३४१७१८७३, **स्थान:** हिमालया बुध्दिस्त सोसायटी, गोम्बा, रेलवे स्टेशन पास, **कालिम्पोड:** दोपहर २:३० से ३:३०, **संपर्क:** (१) श्री रूपदल तामाड, मोबा. ०९६७९६०५४१३, (२) श्री वाङ्मो शेपी, मोबा. ०९८००१३९९१८, **स्थान:** धर्मादया स्कूल, नावेली के पास.