



Aao3ma\

Shivalik Gurukul

C.B.S.E. Pattern Residential School Only for Boys

Vill. Aliyaspur, P.O. Sarawan, Sadhaura-Dosarka Road, Distt. Ambala

E-mail : shivalikgurukul.ambala@gmail.com , Mob.- 9671228002, 8813061212

गुरुकुल समय सारणी

Sr.No	Schedule	दिनचर्या	ग्रीष्मकालीन
1	Arouser	जागरण	4:30
2	Meditation	मन्त्र पाठ नित्य कर्म	4:30-5:00
3	Exercise/ Bath	आसन, प्राणायाम, व्यायाम, स्नान	5:00-6:00
4	Sandhya Havan & Breakfast	हवन व प्रातः राश	6:00-7:00
5	Getting Ready for School	विद्यालय सज्जा एवं विद्यालय प्रस्थान	7:00-7:15
6	School Timing	विद्यालय का समय	7:15-1:20
7	Lunch/Rest	मध्याह्न भोजन एवं विश्राम	1:20-2:45
8	Refreshment	जलपान	2:45-3:00
9	Self Study in Presence of Teacher	स्वाध्याय	3:00-5:30
10	Play Time	क्रीडा एवं स्नानादि	5:30-6:45
11.	Sandhya	सन्ध्या	6:45-7:15
12.	Dinner & Walk	रात्रि भोजन भ्रमणं	7:15-8:00
13.	Self Study	स्वाध्याय	8:00-10:00
14.	Lights off	शयन	10:00-4:30