

‘Fit India Movement’ and National Sports Day celebration programme report

Date: 29 Aug., 2019

As per the government instructions and the college old tradition Indira Gandhi National College, Ladwa celebrated National Sports day and fit India Movement program. The programme started at 10:00 a.m. with the live telecast of the honorable Prime Minister of India Mr Narendra Damodardas Modi speech in the Mini Sports complex of the college.

After the indigenous games presentation the honorable Prime Minister delivered his speech to motivate people for the participation of physical activities to make their body more active.

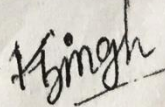
The Oath taking ceremony was performed by all the students and teacher participants. The students and teachers took the oath that, they will make physical activities as a part of their daily routine life and they will give daily one our time to their physical activities to make their body fit and to make our country stronger.

The ‘Run for Fun’ race was organised in the college main playground and all the students and teachers actively enjoyed the run for fun race. During the race students and teachers performed loudly laughing activities to make their body and mind stress free. Run for fun race makes the event immediately active. Total 91 students along with teachers participated in this event to make it a success.

After the completion of the race Kabaddi matches were organised among the boys teams of the college as per the old National Sports day celebration tradition. College Principal Dr Hari Prakash Sharma tossed a coin in the air to start the match among the teams. College Principal also assigned the teams to Dr R.K. Chauhan and Dr Sandeep Bansal as a team manager for the smooth functioning of the match. The match was completely organised and administered by the college students. The match was won by the Dhyan Chand house team after the defeated to S. Milkha Singh house team.

At the end of the day Collège Principal with other staff members distributed the prizes to the students and he said that minimum 45 minutes physical activities and 15 minutes meditation and good balanced diet should be part of our daily life and we should adapt all these things as our daily routine habit before the direction of the doctor. At the end of the event the refreshment was distributed among the students and thanks was delivered by Dr Kuldeep Singh the organizing secretary of the event to all the participants and faculty members. Dr Ravish Chauhan, Dr Sandeep Bansal, Dr. Ashok Verma, Dr. Romesh Bhal, Dr. Rajesh Kumar, Dr Sunita Rani, Dr Niti Goyal, Dr Kuldeep Singh, Dr. Neeru Bala, Dr. Neetu, Dr. Suman Siwach, Dr Sudesh Bansal and Dr Surendra Sharma actively participated and presented it on that occasion.

Principal
(Dr. Hari Prakash Sharma)


Organising secretary
(Dr Kuldeep Singh)

सूचना

Evergreen
Page No. /201
Date: / /201

1/2019

महाविद्यालय की क्रीडा समिति की बैठक आज दिनांक 28-08-2019 को अपराह्न 12:30 बजे प्राचार्य कक्ष में आयोजित की गई है। जिसमें भारत सरकार द्वारा प्रारम्भ किए जा रहे 'Fit India Movement' कार्यक्रम जो Memo No 18/248-2019 UNP(4) दिनांक 23-08-2019 द्वारा महाविद्यालय में भेजा गया पर आयोजन कराने की रूप रेखा तैयार की जा रही।
अतः सम्बन्धित सहयोगियों से आपकृत है कि वे समय पर अपनी उपस्थिति सुनिश्चित करें।

आपके

दिनांक: 28-08-2019

(डा० हरि प्रकाश शर्मा)
प्राचार्य

डा० संदीप बंसल

डा० राजेश कुमार

डा० सुनीता रानी

डा० कुलदीप सिंह

डा० सुरेन्द्र कुमार

Prakash

Sunitha

Kuldeep

Surendra

बैठक की कार्यवाही

Evergreen
Page No. /201
Date: / /201

आज दिनांक 28-08-2019 को अपराह्न 12:30 बजे महाविद्यालय क्रीडा समिति की बैठक अधोस्तर कक्ष में सम्पन्न हुई।
बैठक में उपस्थित निम्नवत रही:

डा० संदीप बंसल

डा० राजेश कुमार

डा० सुनीता रानी

डा० कुलदीप सिंह

डा० सुरेन्द्र कुमार

क्रीडा समिति द्वारा 'Fit India Movement' के तहत निम्न कार्यक्रमों को आयोजित करने का निर्णय लिया गया।

(1) 10:00 Am. Live telecast of the Inaugural Ceremony of 'Fit India Movement' Programme.

2. Oath taking Ceremony.

3. 'Run for fun' Race

4. Intramural Activities (To organise Kalaraddi Matches)

5. समिति द्वारा निर्णय लिया गया कि गत वर्ष की भांति इस वर्ष भी खेल समिति में छात्र प्रतिनिधित्व करेगा जो नीतीश कुमार द्वारा 8-1 वर्ष 31/8/19 होगा। अंत में प्राचार्य महोदय द्वारा धन्यावाद के साथ बैठक की समाप्ति की घोषणा की।

(डा० संदीप बंसल) - Prakash

(डा० सुनीता रानी) - Sunitha

(डा० सुरेन्द्र कुमार) - Surendra

(डा० राजेश कुमार) - Prakash

(डा० कुलदीप सिंह) - Kuldeep

दिनांक: 28-8-2019

(डा० हरि प्रकाश शर्मा)
प्राचार्य

Fit India Movement Programme

29 August, 2019
Health & Physical Education Students of B.A. -1st Semester

1	3162710001	SAGAR	Sagari	Sagari
2	3162710003	AJAY KUMAR	Ajay Kumar	
3	3162710004	VISHAL	Vishal	Vishal
4	3162710008	AKASH GOLDHER		
5	3162710009	NITIN SAINI	Nitin Saini	
6	3162710010	YODHRAJ	YODHRAJ	YODHRAJ
7	3162710016	HIMANSHU SAINI		
8	3162710018	SUMIT	Sumit	Sumit
9	3162710020	JAGTAR SINGH	Jagtar Singh	Jagtar Singh
10	3162710021	AJAY KUMAR	Ajay Kumar	Ajay Kumar
11	3162710025	TANVEER		
12	3162710026	KABIR SINGH	Kabir Singh	
13	3162710035	SAHIL BASATIYA	Sahil	
14	3162710038	KUNAL DAS BABA	Kunal das	
15	3162710040	ANMOL SINGH		
16	3162710042	RAJEEV MALIK		
17	3162710048	DIPANSHU SHEORAN		
18	3162710054	GURMUKH	Gurmukh	
19	3162710056	HARISH KUMAR	A	A
20	3162710057	ANIKET		
21	3162710058	ABHISHEK		
22	3162710059	NITISH KUMAR		
23	3162710068	AKHIL KUMAR		
24	3162710071	RAHUL		
25	3162710072	KARAN		
26	3162710074	MILAN SAINI		
27	3162710078	KOSAL	Kosal	
28	3162710081	SUMIT	Sumit	Sumit
29	3162710084	GURMAN SINGH		
30	3162710086	SOURABH	Sourabh	
31	3162710087	ABHISHEK KUMAR		
32	3162710093	NIKHIL		
33	3162710094	PRINCE	Prince	Prince
34	3162710098	ABHISHEK	Abhishek	
35	3162710100	VARDAAN MANDHAN		
36	3162710101	SHREE RAM	Shree ram	Shree ram
37	3162710102	ANIL KUMAR	Anil Kumar	Anil Kumar
38	3162710104	SANJEEV KUMAR	Sangeev	
39	3162710105	JASANEDEEP	Jasandeep	Jasandeep
40	3162710108	MOHIT SHARMA		
41	3162710110	ABHISHEK		
42	3162710114	SAMEER		
43	3162710115	NAVPREET SINGH		
44	3162710116	HARKIRAT SINGH	Harkirat	
45	3162720018	NEHA LONGIA	NEHA LONGIA	

HP

K Singh

45	3162710117	SUMIT	Sumit	
46	3162710133	BHUPINDER SINGH		
47	3162710135	JASPREET SINGH		
48	3162710137	RAMAN		
49	3162710138	ABHISHEK	Abhishek	
50	3162710139	SACHIN RAI		
51	3162710141	MANISH KUMAR		
52	3162710142	NITIN KUMAR		
53	3162710143	GAURAV		
54	3162710146	AKASH	Akash	
55	3162710147	AAKASH		
56	3162710148	MANISH KUMAR		
57	3162710149	GURPREET SINGH		
58	3162710151	PARTH		
59	3162710152	NEERAJ KUMAR		
60	3162710155	SANGRAM SINGH		
61	3162710156	ANKIT		
62	3162710158	ROHIT KUMAR		
63	3162710160	ANKIT		
64	3162710163	JASBEER SINGH		
65	3162710164	SACHIN KUMAR		
66	3162710166	ISHWAR KUNDU		
67	3162710169	SAHIL KUMAR	Sahil Kumar	Sahil Kumar
68	3162710171	GOURAV KUMAR	Gourav Kumar	
69	3162710173	SANDEEP KUMAR		
70	3162710174	VISHAL		
71	3162710175	AJAY KUMAR		
72	3162710176	SAGAR SARAN		
73	3162710177	ADITEY	Aditey	Aditey
74	3162710178	SHUBHAM KUMAR		
75	3162710179	VISHAL SHARMA		
76	3162710181	LOVELY	Lovely	Lovely
77	3162710182	AJAY		
78	3162710184	ANKIT KUMAR		
79	3162710185	ANKUSH		
80	3162710189	RAJAT KUMAR		
81	3162910018	SIR SIKANDER		
82	3163010006	ARUN KUMAR		
83	3162710168	MEENA DEVI	MEENA	
84	3162720043	SUMAN DEVI	Suman Devi	
85	3162720092	PARAMJEET KAUR		
86	3162720098	MANSI		
87	3162720107	SHALU		
88	3162720108	RAJNI		
89	3162720109	NEHA	Neha	
90	3162720110	VARSHA RANI	Varsha Rani	
91	3162720114	SAVI RANI	Savi Rani	

HP

K Singh

Health & Physical Education Students of B.A. -IInd Semester

1	2281410002	BHUPINDER SINGH		
2	2281410003	ANKUSH KUMAR	Amkush	
3	2281410005	AKSHANT BABU	Akshant Babu	
4	2281410007	SAGAR GUPTA	Sagar Gupta	
5	2281410013	MANINDER SINGH		
6	2281410015	HEMANT KUMAR		
7	2281410017	GOURAV	Gourav	Gourav
8	2281410018	LUCKY KUMAR	Lucky Kumar	
9	2281410024	MANDEEP SINGH		
10	2281410026	DEEPAK KUMAR	Deepak Kumar	
11	2281410030	ANKIT KUMAR	Ankit Kumar	
12	2281410039	ANKIT	Ankit	
13	2281410048	RAJAN		
14	2281410055	DHANANJAY		
15	2281410056	ROHIT KUMAR	Rohit Kumar	Rohit Kumar
16	2281410061	RAHUL SAINI	Rahul	
17	2281410062	GURSEWAK SINGH TOOR		
18	2281410063	AMAY SHARMA		
19	2281410066	HIMANSHU	Himanshu	Himanshu
20	2281410070	SAHIL SAINI	Sahil Saini	
21	2281410083	GAGANPREET SINGH		
22	2281410090	AMRIT		
23	2281410100	AMAN KUMAR		
24	2281410106	ARJUN		
25	2281410107	JITENDERPAL SINGH	Jitender Singh	
26	2281410110	MANPREET SINGH		
27	2281410113	ANKIT		
28	2281410115	INDERPREET SINGH	Indeprreet	Indeprreet
29	2281410120	AYUSH	Ayush	
30	2281410124	ANKUSH CHAUHAN	Ankush Chauhan	
31	2281410130	VIKAS KUMAR	Vikas Kumar	
32	2281410138	SACHIN	Sachin	
33	2281410139	AJAY KUMAR	Ajay Kumar	Ajay Kumar
34	2281410140	SAHIL KUMAR	Sahil	
35	2281410141	VIKAS KUMAR		
36	2281410146	PARAS MOR		
37	2281410148	ANIKET		
38	2281410155	ANIL KUMAR	Anil Kumar	
39	2281410158	VISHAVJEET		
40	2281410160	NAVEEN KUMAR	Naveen	
41	2281410162	SUNNY	Sunny	
42	2281410164	AKSHAY	Akshay	Akshay
43	2281410165	MANPREET SINGH NARWA		
44	2281410168	AMAN KUMAR		

— 17P

Kingh

45	2281410169	CHETAN SINGH		
46	2281420049	AARTI DEVI		
47	2281420059	SIMRANJEET KAUR		
48	2281420065	ANJLI	Anjali	
49	2281420082	SONIA		
50	2281420091	RIMPY	Rimpy	
51	2281420110	KAJAL SHARMA	Kajal Sharma	
52	2281420111	NEHA	Neha	
53	2281420114	KAVITA	Kavita	
54	2281420115	AMAN VANSHIKA	Aman Vanshika	
55	2281420116	MONIKA	Monika	

— 17P

Kingh

Health & Physical Education Students of B.A. -Vth Semester

1	1545910007	AVTAR SINGH	Avtar Singh	
2	1545910013	RAJAT	RAJAT	RAJAT
3	1545910015	VISHAL KUMAR	Vishal Kumar	Vishal Kumar
4	1545910021	PARVEEN KUMAR	Parveen Kumar	Parveen Kumar
5	1545910027	AKASH	Akash	Akash
6	1545910044	SAT KARAN		
7	1545910046	ANKUSH		
8	1545910058	JAGMEET SINGH	Jagmeet Singh	Jagmeet Singh
9	1545910068	RAMAN KUMAR	Raman	
10	1545910083	ARVIND	Arvind	Arvind
11	1545910096	PARVINDER SINGH	Parvinder Singh	Parvinder Singh
12	1545910134	YOGESH SHARMA	Yogesh	Yogesh
13	1545910136	MUSTAK ALI	Mustak Ali	Mustak Ali
14	1545910140	VIKAS	Vikas	Vikas
15	1545910144	YOGESH KUMAR	Yogesh Kumar	Yogesh Kumar
16	1545910155	MANOJ KUMAR	Manoj Kumar	
17	1545910165	AJAY	Ajay	
18	1545910167	MAHESH KUMAR		
19	1545910168	SANCHIT		
20	1545920002	SNEHA		
21	1545920003	NAMNEET KAUR	Namneet Kaur	
22	1545920006	MANSI	Mansi	
23	1545920022	SUNALI	Sunali	Sunali
24	1545920035	KOMAL	Komal	Komal
25	1545920042	MUSKAN	Muskan	
26	1545920044	BALJEET KAUR	Baljeet	Baljeet
27	1545920051	NEHA RANI	Neha Rani	Neha Rani
28	1545920066	NANCY	Nancy	
29	1545920088	POOJA RANI	Pooja Rani	
30	1545920089	PUSHPA DEVI		
31	1545920105	SONAM		

1091

Ajmal

HP

Physical Education Department activities for the session 2019-20

इंदिरा गांधी कालेज में स्वस्थ रहने की शपथ ली गई



▶ राष्ट्रीय खेल दिवस पर शपथ लेते कालेज पदाधिकारी व बच्चे। (डिम्पी)

लाडवा (नरेश गर्ग) : लाडवा के इन्दिरा गांधी नेशनल कॉलेज में गुरुवार को खेल विभाग, एन-एस-एस- विभाग और एन-सी-सी यूनिट द्वारा भारत सरकार के आदेशानुसार राष्ट्रीय खेल दिवस के उपलक्ष्य पर फिट इण्डिया मूवमेन्ट मुहिम के अन्तर्गत कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। जिसमें देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी द्वारा फिट इण्डिया मूवमेन्ट लॉच का सीधा प्रसारण प्रोजेक्टर के माध्यम से विद्यार्थियों को दिखाया गया व फिटनेस शपथ दिलाई गई। इसके उपरांत रन फॉर फन का आयोजन किया गया। जिसमें छात्र-छात्राओं, शिक्षक व गैर-शिक्षकों ने प्रतिभागिता की। कालेज के प्राचार्य डा. हरिप्रकाश शर्मा ने कहा कि एक स्वस्थ व्यक्ति ही अपने परिवार और देश के बारे में सोच सकता है। उन्होंने कहा कि डाक्टर की सलाह देने से पहले ही हमें योग और सैर का नियम अपने समय सारणी में डाल कर नियम बना लेना चाहिए। वहीं डा. संदीप बंसल ने भी विद्यार्थियों को स्वस्थ रहने और व्यायाम करने की प्रेरणा दी।

"Oath taking ceremony" performed on the occasion of Fit India Movement to Celebrated National Sports Day on 29 August, 2019.

पंजाब केसरी

30 अगस्त, 2019

▶ शुक्रवार

फिट रहेगा इंडिया तभी बढ़ेगा इंडिया



रन फॉर फन में दौड़ लगाते कालेज के स्टाफ सदस्य एवं छात्र।

इन्दिरा गांधी नेशनल कॉलेज, लाडवा में खेल विभाग, एन.एस.एस. विभाग और एन.सी.सी. यूनिट द्वारा भारत सरकार के आदेशानुसार राष्ट्रीय खेल दिवस के उपलक्ष्य पर फिट इण्डिया मूवमेन्ट मुहिम के अन्तर्गत कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। जिसमें प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी द्वारा फिट इण्डिया मूवमेन्ट लॉच का सीधा प्रसारण प्रोजेक्टर के माध्यम से विद्यार्थियों को दिखाया गया व फिटनेस शपथ दिलाई गई। इसके उपरांत रन फॉर फन का आयोजन किया गया, जिसमें छात्र-छात्राओं, शिक्षक व गैर-शिक्षकों ने प्रतिभागिता की। कालेज के शारीरिक एवं शिक्षा विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ. कुलदीप सिंह के नेतृत्व में छात्रों के मध्य कबड्डी के मुकाबले करवाए गए और अन्य मनोरंजक क्रियाओं का आयोजन करवाया गया। महाविद्यालय के प्राचार्य महोदय डॉ. हरिप्रकाश शर्मा ने फिट इण्डिया मूवमेन्ट मुहिम के बारे में कहा कि इस मुहिम की सोच हमारे देश के नरेन्द्र मोदी की है। प्राचार्य ने विद्यार्थियों को 45 मिनट शारीरिक अभ्यास, 15 मिनट ध्यान अभ्यास व संतुलित आहार का सेवन करने के लिए प्रेरित किया। इन सब नियमों की पालना करना और अपने जीवन में लाने को कहा। एक स्वस्थ व्यक्ति ही अपने परिवार और देश के बारे में सोच सकता है। उन्होंने कहा कि डाक्टर की सलाह देने से पहले ही हमें योग और सैर का नियम अपने समय सारणी में डाल कर नियम बना लेना चाहिए। डॉ. संदीप बंसल ने भी विद्यार्थियों को स्वस्थ रहने और व्यायाम करने की प्रेरणा दी।

"Run for Fun" race organized on the occasion of Fit India Movement to Celebrated National Sports Day on 29 August, 2019.

