Sh. L. N. Hindu College, Rohtak

Affiliated to M. D. University, Rohtak

A Post Graduate Co-Educational Institute, Bhiwani Road, Rohtak

Accredited By NAAC with 'B' (2.74) Grade

National Service Scheme

Reports for the Session 2021-22

Dr. Shalu Juneja
NSS Coordinator (Unit-I)
Assistant Professor
Dept. of Commerce
Contact No – 9812432007.
Email-juneja.shalu5@gmail.com

National Service Scheme (NSS)

The National Service Scheme (NSS) is a Central Sector Scheme of Government of India, Ministry of Youth Affairs & Sports. It provides opportunity to the student youth of 11th & 12th Class of schools at +2 Board level and student youth of Technical Institution, Graduate & Post Graduate at colleges and University level of India to take part in various government led community service activities & programmes. Students in various universities, colleges and Institutions of higher learning have volunteered to take part in various community service programmes.

The main objectives of National Service Scheme (NSS) are:

- To understand the community in which they work.
- To understand themselves in relation to their community.
- To identify the needs and problems of the community and involve them in problem-solving.
- To develop among themselves a sense of social and civic responsibility.
- To utilise their knowledge in finding practical solutions to individual and community problems.
- To develop competence required for group-living and sharing of responsibilities.
- To develop capacity to meet emergencies and natural disasters.

Motto:

The Motto of NSS **"Not Me But You",** reflects the essence of democratic living and upholds the need for self-less service. NSS helps the students develop appreciation to other person's point of view and also show consideration to other living beings.

Symbol:

The symbol for the NSS has been based on the giant Rath Wheel of the world famous Konark Sun Temple (The Black Pagoda) situated in Orissa, India. The wheel portrays the cycle of creation, preservation and release and signifies the movement in life across time and space, The symbol, thus, stands for continuity as well as change and implies the continuous striving of NSS for social change.

Sh. L. N. Hindu College Rohtak
List of NSS Activities
Session 2021-22

Sr. No.	Date	Name of Activity	No. of Participants	Collaborating Unit	Page No
1	May 31 – June 05, 2021	National Level Slogan Writing & Poster Making Competition	350		
2	June 5, 2021	One Day National Webinar on International Environmental Day	356		
3	June 14-20, 2021	7 Days Online National Yoga Workshop	376	Nehru Yuva Kendra, Ministry of Sports & Youth Affairs, Govt of India	
4	June 21, 2021	Covid Vaccination Camp		Bharat Vikas Parishad	
5	July 17, 2021	One Day NSS Camp for Sanitization in the Campus			
6	Aug 15, 2021	Flag Hoisting on Independence Day			
7	Sept 07, 2021	Extension Lecture & Pledge on ‘Eye Donation’ by Dr. Dinesh	65		
8	Oct 14, 2021	Extension Lecture on Occasion of World Sight Day	45		
9	Oct 27, 2021	Blood Donation Camp	72		
10	Jan 12, 2022	One Day Workshop on ‘Surya Namaskar’ on the occasion of National Youth Day	112 (Staff & Students)		
11	Jan 15 – Feb 08, 2022	21 Days ‘Surya Namaskar Workshop’	46 Students 24 Staff	Haryana Yog Aayog, Haryana	
12	Jan 25, 2022	Pledge Ceremony on the occasion of National Voters’ Day	46 Students 24 Staff		
13	Jan 26, 2022	Flag Ceremony on the occasion of Republic Day			
14	March 24-30, 2022	7 Days NSS Camp	100		
15	April 22, 2022	One Day Camp in MDU, Rohtak for Celebration of 400th Parkash Parv of Guru Tegh Bahadur Ji	83		
16	May 08, 2022	One Day Camp in MDU, Rohtak for Celebrating World Red Cross Day	70		
17	May 28, 2022	One Day First Aid Training Course		District Red Cross, Rohtak	
18	May 31, 2022	Pledge Ceremony on World – No Tobacco Day			

19	June 18, 2022	Tree Plantation in the Campus	08		
20	June 21, 2022	Workshop on Yoga for celebrating International Yoga Day			
21	June 22, 2022	Covid Vaccination Camp	60	Bharat Vikas Parishad	
22	June 25, 2022	One Day Health Check Up Camp in the Campus	240		
23	July 29, 2022	Tree Plantation in the Campus	15		

National Level Online Contest on World Environment Day – May 31 – June 05, 2021

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज रोहतक की वाईआरसी और एनएसएस यूनिट की तरफ से विश्व पर्यावरण दिवस सप्ताह मनाया गया जिसमें राष्ट्रीय स्तर की पोस्टर मेकिंग और स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता कराई गई जो डॉ शालू जुनेजा एनएसएस यूनिट- 1 और श्री राजेश गहलावत वाईआरसी कोऑर्डिनेटर के मार्गदर्शन में आयोजित की गई। इन प्रतियोगिताओं के लिए पूरे भारतवर्ष से 206 विद्यार्थियों ने अपना रजिस्ट्रेशन कराया। पोस्टर मेकिंग का 'पर्यावरण बचाओ' और स्लोगन राइटिंग का थीम 'पौधारोपण' रहा। इन प्रतियोगिताओं में देशभर के विभिन्न राज्यों जैसे हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश, कर्नाटक, केरल गोवा, आसाम, पंजाब और चंडीगढ़ के विभिन्न कॉलेजों के विद्यार्थियों ने प्रतिभा का प्रदर्शन किया। स्लोगन राइटिंग में निर्णायक मंडल में डॉ हरदीप सिंह, श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज रोहतक, डॉ सविता नेकी राम कॉलेज रोहतक, श्रीमती पिंकी गॉड कॉलेज रोहतक और पोस्टर मेकिंग में निर्णायक मंडल में श्रीमती अनीता राजकीय विद्यालय जसिया, डॉ हर्ष लेखा जाट कॉलेज हिसार एवं श्रीमती वंदना रंगा हिंदू कॉलेज रोहतक रहे। स्लोगन राइटिंग में प्रथम रोहिया एम कर्नाटका, द्वितीय स्थान राजकीय कॉलेज शिमला, तृतीय स्थान ललित कुमार हिंदू कॉलेज रोहतक एवं आरती सैनी आईबी कॉलेज पानीपत रहे। पोस्टर मेकिंग में प्रथम खूबी राम राजकीय कॉलेज शिमला, द्वितीय रितु हिंदू कॉलेज रोहतक, तृतीय स्थान हरलीन कौर सरूप रानी कॉलेज अमृतसर एवं श्री युगीसमता शर्मा बीएच कॉलेज, आसाम रहे। दिनांक 5 जून को एक दिवसीय राष्ट्रीय सेमिनार का आयोजन भी एनएसएस और वाईआरसी यूनिट की ओर से कराया गया जिसमें विभिन्न राज्यों से 350 प्रतिभागियों ने भाग लिया। वेबीनार के अंत में विभिन्न प्रतियोगिताओं के परिणाम वाईआरसी कोऑर्डिनेटर राजेश गहलावत के द्वारा घोषित किए गए। कॉलेज प्राचार्य डॉ रश्मि छाबड़ा जी ने सभी विजेताओं को शुभकामनाएं दी उन्होंने कहा जिन प्रतिभागियों को कोई स्थान नहीं मिला वे निराश ना हो, आप प्रयास करते रहें एक ना एक दिन सफलता जरुर मिलेगी और कहा कि प्रतिभागियों के भागीदारी के बिना इस प्रकार की प्रतियोगिताओं का आयोजन नहीं किया जा सकता। कॉलेज के प्रबंध समिति के प्रधान श्री राजेश सहगल एवं अन्य पदाधिकारी गण सभी विजेताओं को शुभकामनाएं दी और वाईआरसी यूनिट के सफल संचालन में डॉ शालू जुनेजा, डॉ संदीप, श्रीमती रीना एवं श्री राजेश गहलावत की भूमिका रही।

Sh. L.N. Hindu College, Rohtak (Haryana)

Affiliated to M. D. University , Rohtak
A Post Graduate Co -Educational Institute, Bhiwani Road, Rohtak
Accredited By NAAC with 'B' (2.74) Grade

National Service Scheme & Youth Red Cross

Organizes

National Level Online Contest

On 'World Environment Day'

Poster Making
Topic:-
Save Environment

Slogan Writing
Topic:-
Plant A Tree

For Registration :-
CLICK HERE

Last Date of Submission of Entries :-
Date: June 04, 2021 Time :- 11:59 PM
Send Your Submission at What's App No, :-
For Slogan Writing : 9896115005
For Poster Making : 9812432007

First Cash Prize Rs. 500

Second Cash Prize Rs. 300

Third Cash Prize Rs. 200

Organizing Committee
Mr. Rajesh Gahlawat (YRC Coordinator)
Dr Shalu Juneja (NSS Coordinator – Unit-I)
Dr. Sandeep (NSS Coordinator – Unit-II)
Dr Reena Katyal (IT Incharge)

Principal
Dr Rashmi Chhabra

Rules for Slogan Writing & Poster Making Competition

- All UG& PG students can participate.
- Use an A4 size sheet for poster making.
- Students can write slogan in Hindi or English. (Min. 2, Max. 4 lines)
- Students write their Name, Class, Roll No., Name of institution/college and phone no. on the bottom of your art work.
- Decision of Jury will be final.
- E-certificates and Cash prize will be given to the winners through their respective College/Institute.
- Declaration of Result : June 05, 2021 at 01:00 pm
- For more queries and update please join the What's app group.

हरिभूमि

रोहतक - रोहतक

8 Jun 2021

स्लोगन राइटिंग में ललित तीसरे स्थान पर रहे

हरिभूमि न्यूज ▸▸ रोहतक

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज रोहतक की वाईआरसी और एनएसएस यूनिट द्वारा विश्व पर्यावरण दिवस सप्ताह मनाया गया। जिसमें राष्ट्रीय स्तर की पोस्टर मेकिंग और स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिताएं डॉ. शालू जुनेजा एनएसएस यूनिट एक और राजेश गहलावत वाईआरसी कोऑर्डिनेटर के मार्गदर्शन में आयोजित करवाई गई। जिसमें 206 विद्यार्थियों ने रजिस्ट्रेशन कराया। पोस्टर मेकिंग प्रतियोगता की थीम पर्यावरण बचाओ और स्लोगन राइटिंग की पौधरोपण रही। जिसमें हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश, कर्नाटक, केरल, गोवा, आसाम, पंजाब और चंडीगढ़ के विभिन्न कॉलेजों

के विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। स्लोगन राइटिंग में प्रथम रोहिया एम कर्नाटका, द्वितीय स्थान राजकीय कॉलेज शिमला, तृतीय स्थान ललित कुमार हिंदू कॉलेज रोहतक एवं आरती सैनी आईबी कॉलेज पानीपत ने हासिल किया। वहीं पोस्टर मेकिंग में प्रथम खूबी राम राजकीय कॉलेज शिमला, द्वितीय रितु हिंदू कॉलेज रोहतक, तृतीय स्थान पर हरलीन कौर सरूप रानी कॉलेज अमृतसर एवं युगीसमता शर्मा बीएच कॉलेज आसाम रहे। वहीं गत दिनों राष्ट्रीय सेमिनार का आयोजन भी एनएसएस और वाईआरसी यूनिट की ओर से कराया गया, जिसमें विभिन्न राज्यों से 350 प्रतिभागियों ने भाग लिया। प्रतियोगिताओं के परिणाम वाईआरसी कोऑर्डिनेटर राजेश गहलावत द्वारा घोषित किए गए। कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि जिन प्रतिभागियों को कोई स्थान नहीं मिला वे निराश ना हों, प्रयास करते रहें एक ना एक दिन सफलता जरुर मिलेगी।

स्लोगन लेखन में रोहिया एम और पोस्टर मेकिंग में खूबी राम रहे प्रथम

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज में पर्यावरण दिवस सप्ताह के तहत ऑनलाइन राष्ट्रीय स्तरीय स्लोगन एवं पेंटिंग स्पर्धा आयोजित की गई। इसमें देश भर से 206 विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। पोस्टर मेकिंग स्पर्धा का थीम 'पर्यावरण बचाओ' व स्लोगन राइटिंग का थीम 'पौधरोपण' रहा। कॉलेज की वाईआरसी व एनएसएस यूनिट की ओर से आयोजित स्लोगन राइटिंग में कर्नाटक की रोहिया एम व पोस्टर मेकिंग में शिमला के खूबी राम प्रथम रहे।

कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि प्रतियोगिताओं में हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश, कर्नाटक, केरल गोवा, आसाम, पंजाब व चंडीगढ़ समेत अनेक राज्यों के कॉलेजों से विद्यार्थियों ने हिस्सा लेते हुए अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। स्लोगन राइटिंग के निर्णायिक मंडल में हिंदू कॉलेज से डॉ. हरदीप सिंह, नेकीराम कॉलेज से डॉ. सविता, गौड़ कॉलेज से पिंकी व पोस्टर मेकिंग के निर्णायिक मंडल में राजकीय विद्यालय जसिया से अनीता, जाट कॉलेज हिसार से डॉ. हर्ष लेखा, हिंदू कॉलेज से वंदना रंगा शामिल रहीं। स्लोगन राइटिंग में कर्नाटक की रोहिया एम प्रथम व हिंदू कॉलेज से ललित कुमार और सैनी आईबी कॉलेज पानीपत से आरती सैनी तृतीय रहीं। पोस्टर मेकिंग में राजकीय कॉलेज शिमला के खूबीराम प्रथम, हिंदू कॉलेज की रितु द्वितीय व स्वरूप रानी कॉलेज अमृतसर की हरलीन कौर और बीएच कॉलेज असोम की युगीसमता शर्मा तृतीय रहीं। एनएसएस यूनिट एक से डॉ. शालू जुनेजा व वाईआरसी कोऑर्डिनेटर राजेश गहलावत के मार्गदर्शन में यह स्पर्धा आयोजित की गई। आयोजन में डॉ. संदीप, रीना ने भी सहयोग किया। कार्यक्रम में कॉलेज प्रबंध समिति के प्रधान राजेश सहगल एवं अन्य पदाधिकारी शामिल रहे। ब्यूरो

विश्व पर्यावरण दिवस सप्ताह मनाया

जागरण संवाददाता, रोहतक : श्री लालनाथ हिंदू कालेज की वाइआरसी और एनएसएस यूनिट की तरफ से विश्व पर्यावरण दिवस सप्ताह मनाया गया। जिसमें राष्ट्रीय स्तर की पोस्टर मेकिंग और स्लोगन राइटिंग प्रतियोगिता कराई गई। देशभर के कालेजों से प्रतिभागी शामिल हुए। स्लोगन राइटिंग में स्लोगन राइटिंग में प्रथम रोहिया एम कर्नाटका, द्वितीय स्थान राजकीय कालेज शिमला, तृतीय स्थान ललित कुमार हिंदू कालेज रोहतक एवं आरती सैनी आइबी कालेज पानीपत का मिला। पोस्टर मेकिंग में प्रथम खूबी राम राजकीय कालेज शिमला, द्वितीय रितू हिंदू कालेज रोहतक, तृतीय स्थान हरलीन कौर सरूप रानी कालेज अमृतसर एवं श्री युगीसमता शर्मा बीएच कालेज असम को मिला। इस मौके पर डा. शालू जुनेजा, डा संदीप, रीना, राजेश आदि मौजूद रहे।

Results of National Level Online Contest

Sh. L.N. Hindu College, Rohtak (Haryana)
National Service Scheme & Youth Red Cross
Organizes
National Level Online Contest
On 'World Environment Day' – June 5, 2021

- **Results of National Level Slogan Writing Competition**

Sr No	Name	Name of the College	State	Position	Prize
1	Rohith. M.	J.S.S. College, Nanjangud	Karnataka	1st	E-certificate & Cash Prize Rs 500/
2	Ankit Kumar	Centre of Excellence Govt College Sanjauli, Shimla	Himachal Pradesh	2nd	E-certificate & Cash Prize Rs 300/
3	Lalit	Sh. LN Hindu College, Rohtak	Haryana	3rd	E-certificate & Cash Prize Rs 200/
4	Aarti Saini	I B College, Panipat	Haryana	3rd	E-certificate & Cash Prize Rs 200/

Sh. L.N. Hindu College, Rohtak (Haryana)
National Service Scheme & Youth Red Cross
Organizes
National Level Online Contest
On 'World Environment Day' – June 5, 2021

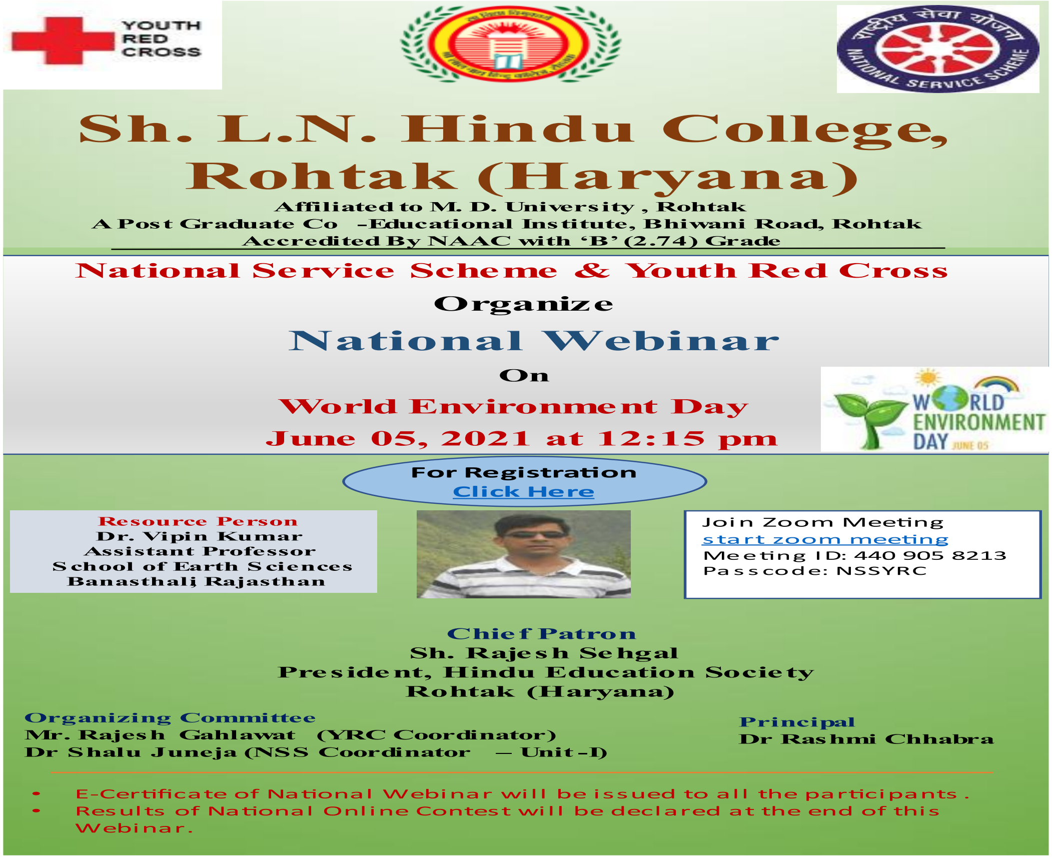
- **Results of National Level Poster Making Competition**

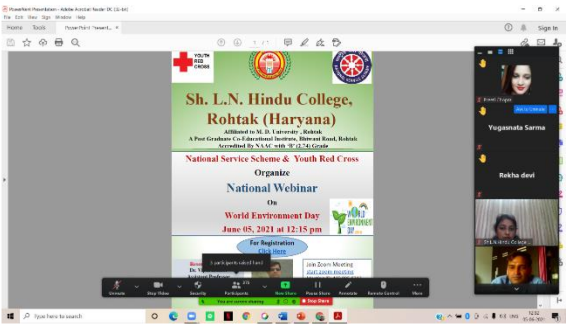
Sr No	Name	Name of the College	State	Position	Prize
1	Khube Ram	JLNG College of Fine Arts, Shimla	Himachal Pradesh	1st	E-certificate & Cash Prize Rs 500/
2	Reetu	Sh. LN Hindu College, Rohtak	Haryana	2nd	E-certificate & Cash Prize Rs 300/
3	Harleen Kaur	Saroop Rani Govt College, Amritsar	Punjab	3rd	E-certificate & Cash Prize Rs 200/
4	Sri Yugasmata Sarma	B. H. College	Assam	3rd	E-certificate & Cash Prize Rs 200/

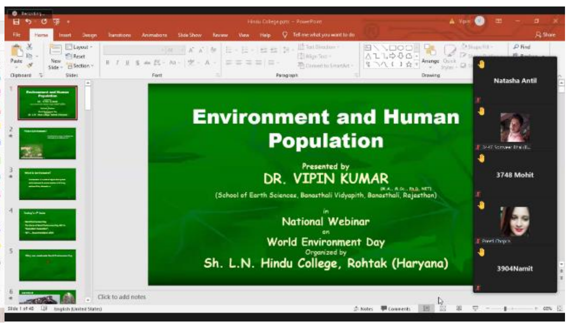
National Webinar on World Environment Day on Topic "Environment and Population" by Dr Vipin Kumar

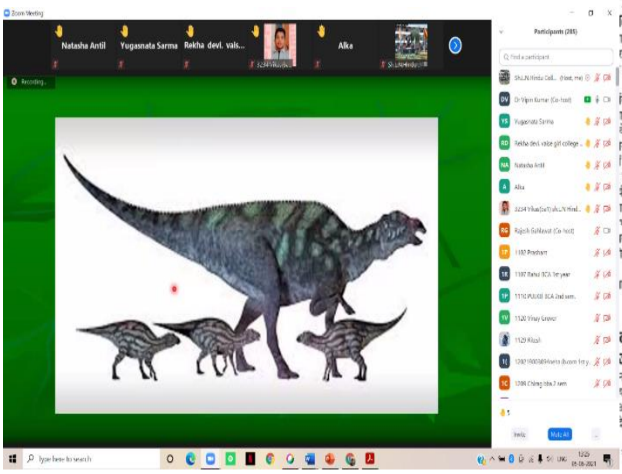
June 5, 2021

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज, रोहतक की वाईआरसी एवं एनएसएस यूनिट की ओर से विश्व पर्यावरण दिवस पर एक दिवसीय राष्ट्रीय वेबीनार का आयोजन किया गया जिसमें पूरे भारतवर्ष से विभिन्न राज्यों के 356 प्रतिभागियों ने भाग लिया। इस राष्ट्रीय वेबीनार में मुख्य वक्ता डॉ विपन कुमार, सहायक प्राध्यापक वनस्थली विश्वविद्यालय, वनस्थली राजस्थान रहे। जिन्होंने बताया कि पर्यावरण को किस प्रकार से बचाया जा सकता है। आज वातावरण में इतना प्रदूषण है कि सांस लेना भी मुश्किल हो गया है। इन्होंने बताया कि आज मानव जिस पेड़ की टहनी को काट रहा है, उसी टहनी पर बैठा है यानी हम स्वयं ही वातावरण को प्रदूषित करने के जिम्मेवार हैं अगर विश्व में सभी लोग अपनी जिम्मेदारी को समझें तो पर्यावरण को बचाया जा सकता है। हमें विकास के साथ-साथ वातावरण को भी बचाए रखना है। वाणिज्य विभाग की कोऑर्डिनेटर डॉ. नीलम मग्गू ने संक्षिप्त करते हुए कहा कि हम सबको आज से ही एक-एक पौधा लगाना चाहिए और उसका ध्यान रखना चाहिए ताकि पर्यावरण को बचाया जा सके। वेबीनार के अंत में श्रीमती उमा शर्मा जी ने हमारे मुख्य वक्ता और सभी प्रतिभागियों का धन्यवाद किया। कॉलेज प्राचार्य डॉ रश्मि छाबड़ा ने मुख्य वक्ता का स्वागत करते हुए कहा कि पर्यावरण को अगर बचाना है तो सभी को जागरूक करना होगा और प्रकृति के साथ हमें खिलवाड़ नहीं करना चाहिए। कॉलेज की प्रबंध समिति के प्रधान श्री राजेश सहगल जी एवं अन्य पदाधिकारीगण ने इस राष्ट्रीय वेबीनार के सफल संचालन के लिए वाईआरसी और एनएसएस को बधाई एवं शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम का सफल संचालन डॉ शालू जुनेजा एनएसएस कोऑर्डिनेटर के द्वारा किया गया। इस अवसर पर डॉ. नीलम मग्गू, श्रीमती उमा शर्मा , डॉ शालू जुनेजा, श्री राजेश गहलावत एवं अन्य मौजूद रहे।









हरिभूमि

रोहतक - रोहतक

7 Jun 2021

वीईआरसी व एनएसएस यूनिट ने पर्यावरण दिवस पर किया वेबीनार

■ हम सबको आज से ही एक-एक पौधा जरूर लगाना चाहिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रोहतक

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज की वीईआरसी व एनएसएस यूनिट की ओर से विश्व पर्यावरण दिवस पर एक दिवसीय राष्ट्रीय वेबीनार का आयोजन किया गया। वेबीनार में पूरे भारत वर्ष से विभिन्न राज्यों के 356 प्रतिभागियों ने भाग लिया। इस राष्ट्रीय वेबीनार में मुख्य वक्ता डॉ. विपन कुमार, सहायक प्राध्यापक वनस्थली विश्वविद्यालय राजस्थान रहे। उन्होंने बताया कि पर्यावरण को किस प्रकार से बचाया जा सकता है। उन्होंने बताया कि आज वातावरण में इतना प्रदूषण है कि सांस लेना भी मुश्किल हो गया है। उन्होंने बताया कि आज मानव जिस पेड़ की टहनी को काट रहा है, उसी टहनी पर बैठा है यानी हम स्वयं ही वातावरण को प्रदूषित करने में जिम्मेवार है अगर विश्व में सभी लोग अपनी जिम्मेदारी को समझें तो पर्यावरण को बचाया जा सकता है। डॉ. नीलम मग्गू ने बताया कि हम सबको आज से ही एक-एक पौधा लगाना चाहिए।

One Week National Level Online Yoga Workshop – June 14-20, 2021

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज, रोहतक की वाईआरसी और एनएसएस यूनिट एवं नेहरू युवा केंद्र, रोहतक युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार की ओर से सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। योग कार्यशाला की अध्यक्षता कॉलेज प्राचार्य डॉ रश्मि छाबड़ा ने की जिसमें डॉ सत्यवान बड़ौदा एमडीयू, रोहतक मुख्य रूप से योग शिक्षक रहे। एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ शालू जुनेजा ने बताया कि यह योग कार्यशाला योग प्रचार प्रसार में बहुत ही कारगर रहेगी, इस योग शाला में भारत के विभिन्न राज्यों से 375 प्रतिभागियों ने भाग लिया। इसमें हरियाणा, पंजाब, दिल्ली, कर्नाटका, आसाम, केरल, हिमाचल प्रदेश एवं चंडीगढ़ राज्यों से प्रतिभागी रहे। वाईआरसी कोऑर्डिनेटर राजेश गहलावत जी ने बताया कि इस कार्यशाला का आयोजन नेहरू युवा केंद्र युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से किया जा रहा है जिसमें नेहरू युवा केंद्र रोहतक के युवा कार्यकर्ता भी प्रतिभागी के रूप में भाग ले रहे हैं। नेहरू युवा केंद्र रोहतक के जिला युवा अधिकारी श्री आशीष सांगवान जी ने बताया कि नेहरू युवा केंद्र के कार्यकर्ता अधिकतर गांव से जुड़े हैं जब यह कार्यकर्ता इस योग कार्यशाला से योग सीखेंगे तो गांव गांव में भी योग का प्रचार और प्रसार बढ़ेगा। कार्यशाला के प्रथम दिन में योग शिक्षक डॉ सत्यवान बरोदा जी ने ओम की ध्वनि के साथ योग कार्यशाला का शुभारंभ किया, जिसमें उन्होंने अष्टांग योग क्या है और उस का हमारे जीवन में क्या महत्व है उस पर प्रकाश डाला। उन्होंने अनुलोम -विलोम, कपाल भारती एवं सर्वाइकल के योग आसन पर विशेष ध्यान दिया और कहा कि पहला सुख निरोगी काया, 7 दिनों में हम सभी अष्टांग योग का अभ्यास करेंगे। कॉलेज प्राचार्य डॉ रश्मि छाबड़ा जी ने सभी का स्वागत करते हुए सभी से आह्वान किया कि योग सीखने के बाद हम सभी को योग सिखाएंगे तभी जाकर इस योग कार्यशाला का उद्देश्य पूरा होगा। कॉलेज प्रबंध समिति के सचिव श्रीमान सुदर्शन धींगरा जी ने भी कार्यशाला में अपने विचार रखे और कहा कि इस प्रकार की योग कार्यशाला का आयोजन करने से योग का प्रचार एवं प्रसार व्यापक रूप से किया जा सकता है उन्होंने राष्ट्रीय कार्यशाला के सफल शुभारंभ के लिए एनएसएस और वाईआरसी यूनिट को बधाई एवं शुभकामनाएं दी। कॉलेज प्रबंध समिति के प्रधान श्री राजेश सहगल जी एवं अन्य पदाधिकारी गण ने भी शुभकामनाएं दी। इस राष्ट्रीय योग कार्यशाला का सफल संचालन डॉ शालू जुनेजा, छात्रा अनुष्का शर्मा ने किया। कार्यशाला के अंत में डॉ शालू जुनेजा ने प्रबंध समिति, कॉलेज प्राचार्य योग शिक्षक श्री आशीष सांगवान एवं सभी प्रतिभागियों का धन्यवाद किया। इस कार्यशाला के सफल संचालन में छात्र विनय ग्रोवर, प्रवेश कुमार एवं सभी अध्यापक गण का सहयोग रहा।

Youth Red Cross

Sh. L.N. Hindu College Rohtak (Haryana)

Affiliated to M. D. University , Rohtak
A Post Graduate Co-Educational Institute, Bhiwani Road, Rohtak
Accredited By NAAC with 'B' (2.74) Grade

National Service Scheme & Youth Red Cross

In collaboration with

Nehru Yuva Kendra, Rohtak

(Ministry of Youth Affairs & Sports, Govt. of India)

Organize

One Week National Level Online Yoga Workshop

June 14, 2021– June 20, 2021 (07:00 am– 08:00 am Daily)

On

International Yoga Day - 2021

Register- Here

Resource Person
Prof. Satyawan Baroda
IMSAR, MDU, Rohtak
Yoga Trainer
Patanjali Yogapith Haridwar

Join Zoom Meeting
Click Here to Start Meeting
Meeting ID: 440 905 8213
Passcode: NSSYRC

Chief Patron
Sh. Rajesh Sehgal
President, Hindu Education Society
Rohtak (Haryana)

Principal
Dr Rashmi Chhabra

Organizing Committee
Mr. Rajesh Gahlawat (YRC Coordinator)
Dr Shalu Juneja (NSS Coordinator Unit -I)

Coordinator
Mr. Ashish Sangwan
Distt. Youth Officer
Nehru Yuva Kendra, Rohtak
MOYAS Govt. of India

Student Organizers
Vinay Grover
Gulshan Kumar
Anushka Sharma

Aims & Objectives of the Workshop

- To enable the participants to have good health
- To practice mental hygiene.
- To possess emotional stability.
- To Integrate moral values.
- To attains higher level of consciousness.

Registration & Participation:

- Registration is mandatory for participation.
- Please join WhatsApp group after Registration.
- The workshop is open for all students/faculty members/ research scholars/academicians of any stream of the different institutions/universities
- Workshop platform will be ZoomApp.
- E-certificate will be issued to those participants who will attend the workshop all seven days & fill up the feedback form.
- Participants are required to register online at link before 14 June 2021 up to 06:30 am.
- Failure to meet any of the above conditions will result in denial of the certificate.
- For more queries please contact 989611505 9812432007

There is no Registration Fees.

Tentative Schedule

Day	Time	Topic
14 June 2021	07:00 am – 08:00 am	Opening Ceremony and Benefits & Practice of Yama
15 June 2021	07:00 am – 08:00 am	Benefits & Practice of Niyama
16 June 2021	07:00 am – 08:00 am	Benefits and Methods of Asans
17 June 2021	07:00 am – 08:00 am	Benefits of Pranayamas
18 June 2021	07:00 am – 08:00 am	Benefits & Methods of Pratayahar
19 June 2021	07:00 am – 08:00 am	Benefits & Practice of Dharna
20 June 2021	07:00 am – 08:00 am	Benefits & Techniques of Dhyan & Samadhi Closing Ceremony

Youth Red Cross

Sh. L.N. Hindu College Rohtak (Haryana)

Affiliated to M. D. University , Rohtak
A Post Graduate Co-Educational Institute, Bhiwani Road, Rohtak
Accredited By NAAC with 'B' (2.74) Grade

National Service Scheme & Youth Red Cross

In collaboration with

Nehru Yuva Kendra, Rohtak

(Ministry of Youth Affairs & Sports, Govt. of India)

Organize

One Week National Level Online Yoga Workshop

June 14, 2021 – June 20, 2021 (07:00 am – 08:00 am Daily)

On

International Yoga Day - 2021

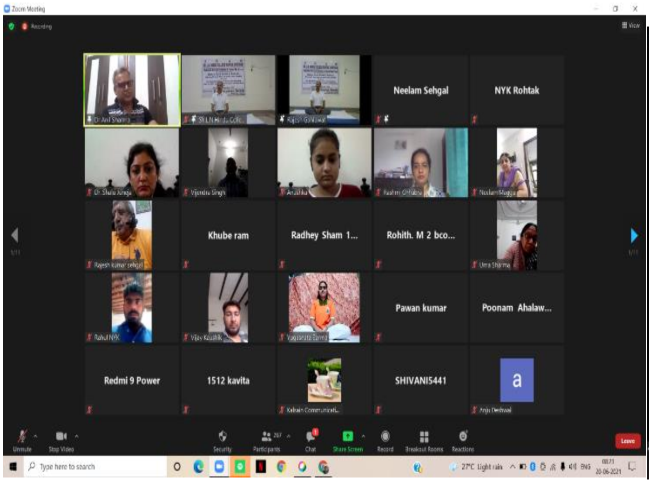
Invitation for Closing Ceremony

On June 20, 2021 at 07:30 am

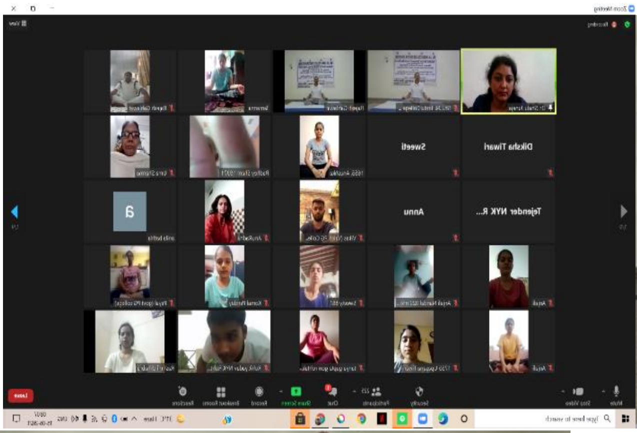
Chief Guest
Dr. Anil Sharma
Registrar
Shri KrishnaAyush State Govt. University, Kurukshetra

Resource Person
Prof. Satyawan Baroda
IMSAR, MDU, Rohtak
Yoga Trainer
Patanjali Yogapith Haridwar

Join Zoom Meeting
https://us02web.zoom.us/j/4409058213?pwd=RUdoY3NZb3h2eGRPZ0diL1F1K0hDUT09
Meeting ID: 440 905 8213
Passcode: NSSYRC


Neelam Sehgal
NYK Rohtak
Khube ram
Radhey Sham 1...
Rohith. M 2 bco...
Pawan kumar
Poonam Ahalaw...
Redmi 9 Power
1512 kavita
SHIVANI5441

SH. L.N. HINDU COLLEGE ROHTAK (HARYANA)
National Service Scheme & Youth Red Cross
Nehru Yuva Kendra, Rohtak
komal
Redmi Note 7S
Asha Rani



SH. L.N. HINDU COLLEGE ROHTAK (HARYANA)
National Service Scheme & Youth Red Cross
in collaboration with
Nehru Yuva Kendra, Rohtak
(Ministry Of Youth Affairs & Sports, Govt. Of India)
Organize
One Week National Level Online Yoga Workshop
June 14, 2021 - June 20, 2021 (07:00am - 08:00am Daily)
on
International Yoga Day - 2021
Resource Person Prof. Satyawan Baroda

'हिंदू कालेज में किया योग कार्यशाला का शुभारम्भ'

'योगाभ्यास हमें शारीरिक और मानसिक रूप से बनाता है मजबूत : जनक राज'

योगशाला में विभिन्न राज्यों से 317 प्रतिभागियों ने लिया भाग

सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज़ ▸▸ रोहतक

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज की वाईआरसी और एनएसएस यूनिट एवं नेहरू युवा केंद्र की ओर से सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने बताया कि यह योग कार्यशाला योग प्रचार प्रसार में बहुत ही कारगर रहेगी। योगशाला में भारत के विभिन्न राज्यों से 317 प्रतिभागियों ने भाग लिया। इसमें हरियाणा, पंजाब, दिल्ली, कर्नाटका, आसाम, केरल, हिमाचल प्रदेश एवं चंडीगढ़ राज्यों के प्रतिभागी शामिल रहे। वाईआरसी कोऑर्डिनेटर राजेश गहलावत ने बताया कि कार्यशाला में नेहरू युवा केंद्र रोहतक के युवा कार्यकर्ता भी प्रतिभागी के रूप में भाग ले रहे हैं। नेहरू युवा केंद्र रोहतक के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान ने बताया कि नेहरू युवा केंद्र के कार्यकर्ता अधिकतर गांव से जुड़े हैं जब यह कार्यकर्ता इस योग कार्यशाला से योग सीखेंगे तो गांव गांव में भी योग का प्रचार और प्रसार बढ़ेगा।

अष्टांग योग का महत्व बताया

योग शिक्षक डॉ. सत्यवान बरोदा ने ओम ध्वनि के साथ कार्यशाला का शुभारंभ किया। उन्होंने अष्टांग योग क्या है और उस का हमारे जीवन में क्या महत्व है उस पर प्रकाश डाला। साथ ही अनुलोम -विलोम, कपाल भारती आदि आसन भी करवाए। उन्होंने कहा कि 7 दिनों में हम सभी अष्टांग योग का अभ्यास करेंगे। कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा अपील की कि योग सीखने के बाद हम सभी को योग सिखाएंगे। कॉलेज प्रबंध समिति के सचिव सुदर्शन धींगरा ने कहा कि इस प्रकार की योग कार्यशाला का आयोजन करने से योग का प्रचार एवं प्रसार व्यापक रूप से किया जा सकता है। कॉलेज प्रबंध समिति के प्रधान राजेश सहगल एवं अन्य पदाधिकारियों ने शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर डॉ. शालू जुनेजा, छात्रा अनुष्का शर्मा, विनय ग्रोवर, प्रवेश कुमार एवं सभी अध्यापक मौजूद रहे।

कार्यशाला में अष्टांग योग का महत्व बताया

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज की वाईआरसी व एनएसएस यूनिट की ओर से सोमवार को सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। नेहरू युवा केंद्र व युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से आयोजित इस कार्यशाला में प्रतिभागियों को योग की बारीकियां सिखाई जाएंगी। कार्यशाला की अध्यक्षता कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने की। एमडीयू से डॉ. सत्यवान बड़ौदा योग शिक्षक रहे। एनएसएस को-ऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने कहा कि यह कार्यशाला योग के प्रचार प्रसार में कारगर होगी। इसमें हरियाणा, पंजाब, दिल्ली, कर्नाटक, असम, केरल, हिमाचल प्रदेश एवं चंडीगढ़ राज्य से 317 प्रतिभागी भाग ले रहे हैं। वाईआरसी को-ऑर्डिनेटर राजेश गहलावत ने कहा कि कार्यशाला में नेहरू युवा केंद्र के युवा कार्यकर्ता भी प्रतिभागी के रूप में भाग ले रहे हैं। नेहरू युवा केंद्र के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान ने कहा कि केंद्र के ज्यादातर कार्यकर्ता गांव से जुड़े हैं। कार्यकर्ता कार्यशाला से योग सीखेंगे तो गांव में भी योग का प्रचार प्रसार होगा। प्रथम दिन योग शिक्षक ने ओम की ध्वनि के साथ कार्यशाला का शुभारंभ किया। अनुलोम-विलोम, कपालभाति एवं सर्वाइकल के योग आसन पर विशेष ध्यान दिया। कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा कहा कि योग सीखने के बाद हम दूसरों को योग सिखाएंगे। इसी से योग कार्यशाला का उद्देश्य पूरा होगा। कॉलेज प्रबंधन समिति के सचिव सुदर्शन धींगरा ने कार्यशाला में अपने विचार रखे। कॉलेज प्रबंधन समिति के प्रधान राजेश सहगल एवं अन्य पदाधिकारियों ने भी अपनी बात रखी। कार्यशाला का संचालन डॉ. शालू जुनेजा, छात्रा अनुष्का शर्मा ने किया। कार्यशाला के अंत में डॉ. शालू जुनेजा ने प्रबंधन समिति, कॉलेज प्राचार्य, योग शिक्षक व सभी प्रतिभागियों का आभार प्रकट किया। ब्यूरो

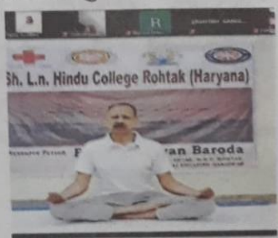
---

12 | दैनिक जागरण
हिसार, 15 जून, 2021

संक्षिप्त समाचार

सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का शुभारंभ

रोहतक : श्री लालनाथ हिंदू कालेज की यूथ रेडक्रास (वाईआरसी), राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) यूनिट एवं नेहरू युवा केंद्र की ओर से सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय (एमडीयू) से डा. सत्यवान बरोदा ने बतौर योग शिक्षक ओम की ध्वनि के साथ कार्यशाला का शुभारंभ किया। उन्होंने अष्टांग योग के जीवन में महत्व से अवगत कराया। अनुलोम-विलोम, कपाल भाती एवं सर्वाइकल के लिए योग कराए। डा. बरोदा ने बताया कि कार्यशाला के दौरान सभी अष्टांग योग कराए जाएंगे। योग को दैनिक जीवन में अपनाकर खुशहाल जीवन व्यतीत किया जा सकता है। कलेज प्रबंधन समिति के सचिव सुदर्शन धीगड़ा ने कहा कि योग के प्रचार-प्रसार के लिए व्यापक कार्य किए जाएंगे। एनएसएस कोआर्डिनेटर डा. शालू जुनेजा ने बताया कि विभिन्न राज्यों से 317 प्रतिभागी पहले दिन जुड़े। हरियाणा, पंजाब, दिल्ली, कर्नाटक, असम, केरल, हिमाचल प्रदेश, चंडीगढ़ आदि स्थानों से प्रतिभागी शामिल हुए। नेहरू युवा केंद्र एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से कार्यशाला कराई जा रही है। इस मौके पर नेहरू युवा केंद्र के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान, प्रचार्या रश्मि छाबड़ा, डा. शालू जुनेजा, राजेा सहगल, अनुष्का शर्मा, विनय ग्रोवर, परवेश कुमार आदि मौजूद रहे। (जासं)



रोहतक के श्री लालनाथ हिंदू कालेज की ओर से आयोजित राष्ट्रीय योग शाला में योग कराते डा. सत्यवान बरोदा। ● विज्ञप्ति।

350 लोगों को लगाई वैक्सीन

प्रतिभागियों ने अष्टांग योग का किया अभ्यास

रोहतक | श्री लालनाथ हिंदू कॉलेज में चल रहे सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का मंगलवार को दूसरा दिन रहा। योग कार्यशाला में छात्रा अनुष्का शर्मा ने दूसरे दिन का आगाज किया। जिसमें योग शिक्षक डॉ. सत्यवान बरोदा एमडीयू ने ओम की ध्वनि के साथ अष्टांग योग का दूसरा नियम का अभ्यास शुरू किया। डॉ. बरोदा ने युवाओं को अपने पद से भ्रमित ना होने का आह्वान किया, यह सब केवल योग के माध्यम से किया जा सकता है। इस मौके पर प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा, नेहरू युवा केंद्र के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान, प्रधान राजेश सहगल, सचिव सुदर्शन धींगरा, विनय ग्रोवर, डॉ. नीलम मग्गू, उमा शर्मा, डॉ. शालू जुनेजा, राजेश गहलावत मौजूद रहे।

ओम ध्वनि के साथ अष्टांग योग का अभ्यास कराया

माई सिटी रिपोर्टर

रोहतक। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनएसएस और वाईआरसी यूनिट के साथ नेहरु युवा केंद्र व युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार की ओर से सात दिवसीय राष्ट्रीय योग शिविर का आयोजन किया जा रहा है। इसके दूसरे दिन एमडीयू के योग शिक्षक डॉ. सत्यवान बरोदा ने ओम ध्वनि के साथ अष्टांग योग का अभ्यास कराया।

इस दौरान नेहरु युवा केंद्र के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान ने कहा कि योग करने से व्यक्ति का सर्वांगीण विकास होता है। कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने देश भर के प्रतिभागियों को शिविर में सातों दिन योग सीखने व योग का प्रचार-प्रसार करने की अपील की। कॉलेज की प्रबंध समिति के प्रधान राजेश सहगल, सचिव सुदर्शन धींगरा एवं अन्य पदाधिकारियों ने कार्यशाला के दूसरे दिन के आयोजन को सराहा। शिविर में हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, दिल्ली, कर्नाटक, केरल, असोम, पंजाब एवं चंडीगढ़ के 305 प्रतिभागियों ने भाग लिया है। एनएसएस को-आर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने सभी प्रतिभागियों का अभिनंदन किया। छात्रा अनुष्का शर्मा ने पहले दिन के कार्यक्रम की संक्षिप्त रूपरेखा प्रस्तुत करते हुए दूसरे दिन का आगाज किया। इस मौके पर डॉ. नीलम मग्गू, उमा शर्मा, डॉ. शालू जुनेजा, राजेश गहलावत एवं अन्य अध्यापक मौजूद रहे।

योग कार्यशाला में दूसरे दिन 305 ने लिया भाग

रोहतक। अंतरराष्ट्रीय योगा दिवस के उपलक्ष में श्रीलाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनएसएस, वाईआरसी यूनिट और नेहरू युवा केंद्र रोहतक युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार की ओर से चल रहे सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का मंगलवार को दूसरे दिन का आरंभ किया गया। जिसमें देशभर के विभिन्न राज्यों से 305 प्रतिभागियों ने भाग लिया। एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने सभी प्रतिभागियों का स्वागत एवं अभिनंदन किया। योग कार्यशाला में छात्र अनुष्का शर्मा ने पहले दिन के कार्यक्रम की संक्षिप्त रूपरेखा प्रस्तुत करते हुए दूसरे दिन का आगाज किया।

लाल नाथ हिंदू कालेज में कराया योगाभ्यास

रोहतक : अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष में श्री लाल नाथ हिंदू कालेज रोहतक की एनएसएस और वाइआरसी यूनिट व नेहरू युवा केंद्र रोहतक की ओर से चल रहे सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला में मंगलवार को दूसरे दिन भी योगाभ्यास कराया गया। कार्यशाला में देशभर के विभिन्न राज्यों से 305 प्रतिभागियों ने भाग लिया, जिसमें हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, दिल्ली, कर्नाटक, केरल, आसाम, पंजाब एवं चंडीगढ़ के प्रतिभागी शामिल रहे। एनएसएस कोआर्डिनेटर डा. शालू जुनेजा ने सभी की सराहना की। योग कार्यशाला में योग शिक्षक डा. सत्यवान बरोदा एमडीयू, रोहतक ने ओम की ध्वनि के साथ अष्टांग योग का दूसरे नियम का अभ्यास शुरू किया। जिसमें उन्होंने भस्त्रिका, चक्रासन, अनुलोम-विलोम एवं अन्य आसनों का अभ्यास कराया। नेहरू युवा केंद्र के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान ने कहा कि इस प्रकार की योग कार्यशाला से व्यक्ति का सर्वांगीण विकास होता है। कालेज प्राचार्य डा. रश्मि छाबड़ा ने देश भर के प्रतिभागियों को सातों दिन कार्यशाला में जुड़ने व योग सीखने का आह्वान किया। कालेज की प्रबंध समिति के प्रधान राजेश सहगल, सचिव सुदर्शन धींगरा एवं अन्य पदाधिकारियों ने कार्यशाला की सराहना की। इस अवसर पर अनुष्का शर्मा, विनय ग्रोवर, डा. नीलम मग्गू, उमा शर्मा, डा. शालू जुनेजा, राजेश गहलावत आदि मौजूद रहे। (जासं)

प्रशिक्षुओं ने सीखा चक्रासन, नौकासन

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज की वाईआरसी व एनएसएस इकाई की ओर से आयोजित सात दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला के तीसरे दिन प्रशिक्षुओं को अष्टांग योग का तीसरा नियम समझाया गया। नेहरू युवा केंद्र व युवा एवं खेल विभाग भारत सरकार के सहयोग से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में संचालित इस कार्यशाला में चक्रासन, स्वाग आसन, विपरीत करनी आसन, उत्तानपादासन, नौकासन, बालासन व योगिक जोकिक क्रियाओं का अभ्यास कराया गया। वाईआरसी को-ऑर्डिनेटर राजेश गहलावत ने बताया कि कार्यशाला में विभिन्न राज्यों के लगभग 300 प्रतिभागियों ने भाग लिया है। एनएसएस को-ऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने बताया कि कार्यशाला का उद्देश्य युवाओं को अपनी प्राचीन संस्कृति से जोड़ना है। कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने सभी प्रतिभागियों को नियमित योग करने का आग्रह करते हुए कहा कि महाविद्यालय इस प्रकार की गतिविधियां चलाता रहेगा। कार्यशाला का संचालन अनुष्का शर्मा, विनय ग्रोवर ने किया। ब्यूरो

प्रार्थना के साथ योग शिविर का शुभारंभ

रोहतक : श्री लालनाथ हिंदू कालेज की वाईआरसी, एनएसएस यूनिट और नेहरू युवा केंद्र की ओर से कराई जा रही आनलाइन राष्ट्रीय योग कार्यशाला में चौथे दिन की शुरूआत छात्रा अनुष्का ने प्रार्थना कर शुभारंभ कराया। योग शिक्षक डा. सत्यवान बरोदा ने ओम की ध्वनि के साथ ताड़ासन, उद्व ताड़ासन, वीरभद्रासन, करीचक्रासन, पशुविश्राम आसन आदि कराए। इस मौके पर गौड़ ब्राह्मण डिग्री कालेज के प्राचार्य डा. जयपाल शर्मा, राजेश गहलावत, ड. शालू जुनेजा, विनय ग्रोवर, गुलशन कुमार, राजेश सहगल आदि मौजूद रहे। (जासं)

प्रणायाम का महत्व बताया

रोहतक। श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज द्वारा अंतरराष्ट्रीय योगा दिवस के उपलक्ष में चल रहे सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला में वीरवार को योग शिक्षक डॉ. सत्यवान बरोदा ने ओम की ध्वनि के साथ ताड़ासन, वीरभद्रासन, करीचक्रासन, पशुविश्राम आसन आदि कराए। उन्होंने अष्टांग योग के चौथे नियम प्रणायाम का महत्व भी बताया। वाईआरसी कोऑर्डिनेटर राजेश गहलावत ने बताया कि इस राष्ट्रीय कार्यशाला में विभिन्न राज्यों के 317 प्रतिभागियों ने अपना रजिस्ट्रेशन करवाया हुआ है। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा कहा कि कोरोना से बचाव के लिए योग को अपनी दिनचर्या में शामिल करें। इस मौके पर एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा, छात्र अनुष्का, विनय ग्रोवर, गुलशन कुमार सहित अन्य मौजूद रहे।

हिंदू कॉलेज में योग कार्यशाला

रोहतक। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में लाल नाथ हिंदू कॉलेज की वाईआरसी व एनएसएस इकाई की ओर से सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का आयोजन किया गया। नेहरू युवा केंद्र व युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से आयोजित यह कार्यशाला रविवार को संपन्न हुई। यहां प्रशिक्षक ने योग की विभिन्न मुद्राओं व उनके लाभ से परिचित कराया। कार्यशाला के प्रथम सत्र में योग शिक्षक डॉ. सत्यवान बड़ौदा ने ओम की ध्वनि के साथ योग सत्र का आरंभ किया। उन्होंने अष्टांग योग के ध्यान व समाधि का वर्णन किया। गिलोय एवं एलोवेरा के गुणों के बारे में बताया। कार्यशाला का संचालन छात्रा अनुष्का शर्मा, विनय ग्रोवर एवं गुलशन कुमार ने किया। नेहरू युवा केंद्र के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान ने कहा कि योग वर्तमान युग के लिए अनिवार्य हो गया है। यह हमारे शरीर का सर्वांगीण विकास करता है। ब्यूरो

सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का समापन

रोहतक| श्री लालनाथ हिंदू कॉलेज में आयोजित 7 दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला का समापन हो गया। योग शिक्षक डॉ. सत्यवान बड़ौदा ने ओम की ध्वनि के साथ अष्टांग योग के ध्यान के बार में बताया। उन्होंने गिलोय एवं एलोवेरा के गुणों के बारे में बताया। संचालन छात्रा अनुष्का शर्मा, विनय ग्रोवर व गुलशन कुमार ने किया। मुख्यातिथि कुरुक्षेत्र के आयुष विश्वविद्यालय के रजिस्ट्रार डॉ. अनिल शर्मा रहे।

साधकों ने ओम ध्वनि के साथ किया ताड़ासान

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज की वाईआरसी व एनएसएस यूनिट की ओर से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में ऑनलाइन सात दिवसीय राष्ट्रीय योग शिविर का आयोजन किया जा रहा है।

शिविर के चौथे दिन साधकों ने ओम ध्वनि के साथ ताड़ासन, उद्व ताड़ासान, वीरभद्रासन, करीचक्रासन, पशुविश्रामासन किए। नेहरू युवा केंद्र व युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से चल रहे इस शिविर का वीरवार को शुभारंभ छात्रा अनुष्का ने अपनी प्रार्थना से किया। इस दौरान गौड़ ब्राह्मण डिग्री कॉलेज के प्राचार्य डॉ. जयपाल शर्मा मुख्य अतिथि रहे। सत्र का प्रारंभ एमडीयू के योग शिक्षक डॉ. सत्यवान बरोदा ने किया।

वाईआरसी को-ऑर्डिनेटर राजेश गहलावत ने मुख्य अतिथि का परिचय देते हुए शिविर में शामिल विभिन्न राज्यों के 317 प्रतिभागियों के शामिल होने की जानकारी साझा की। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि वर्तमान युग में पूरा विश्व करोना महामारी की चपेट में है। इसके बचाव के लिए योग को अपनी दिनचर्या में अपनाएं। एनएसएस को-ऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा के मार्गदर्शन में अनुष्का, विनय ग्रोवर एवं गुलशन कुमार ने मंच संचालन किया। ब्यूरो

सात दिवसीय राष्ट्रीय योग कार्यशाला का समापन

रोहतक : श्री लाल नाथ हिंदू कालेज की वाईआरसी और एनएसएस यूनिट एवं नेहरू युवा केंद्र, खेल मंत्रालय भारत सरकार की ओर से आयोजित सात दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला का समापन हुआ। डा. सत्यवान बरोदा ने ने अष्टांग योग कराए। विदेशों से भी कार्यशाला में प्रतिभागी जुड़े। योग के साथ ही प्राकृतिक जड़ी-बूटियों से स्वस्थ रहने के गुर प्रतिभागियों को बताए गए।

'लालनाथ हिंदू कालेज में राष्ट्रीय योग कार्यशाला सम्पन्न'

रोहतक, 20 जून (दीपक) : अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर लाल नाथ हिंदू कालेज की वाई.आर.सी और एन.एस.एस एवं नेहरू युवा केंद्र रोहतक युवा एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार द्वारा आयोजित सात दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला का रविवार को समापन किया गया। कार्यशाला के प्रथम सत्र में योग शिक्षक डा. सत्यवान बड़ौदा ने ओम की ध्वनि के साथ योग सत्र का आरम्भ किया, जिसमें उन्होंने अष्टांग योग के ध्यान और समाधि का वर्णन किया व गिलोय एवं एलोवेरा के गुणों के बारे में बताया। कार्यशाला का सफल संचालन छात्रा अनुष्का शर्मा, विनय ग्रोवर एवं गुलशन कुमार ने किया।

प्रथम सत्र के बाद योग कार्यशाला का समापन सत्र का आरम्भ किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि डा. अनिल शर्मा रजिस्ट्रार आयुष विश्वविद्यालय कुरुक्षेत्र ने शिरकत की। समारोह के सभी सम्मानित सदस्यों का वाई.आर.सी कोऑर्डिनेटर राजेश गहलावत एवं एन.एस.एस को-ऑर्डिनेटर शालू जुनेजा ने परिचय कराया। मुख्य अतिथि डा. अनिल शर्मा ने आज के समय में योग के महत्व को विस्तार से बताया और सभी को अपने जीवन में योग को शामिल करने का आहवान किया। कालेज प्रबंध समिति के प्रधान राजेश सहगल ने सभी प्रतिभागियों को योग कार्यशाला में योग सीखने के बाद समाज में प्रचार एवं प्रसार करने की अपील करते हुए कहा कि इस प्रकार के योग कार्यशाला के संचालन से योग के महत्व से समाज को जागरूक किया जा सकता है।

नेहरू युवा केंद्र के जिला युवा अधिकारी आशीष सांगवान ने कहा कि योग आज के युग के लिए अनिवार्य हो गया है जो हमारे शरीर का सर्वांगीण विकास करती है। योग कार्यशाला में देश के विभिन्न राज्यों जैसे हरियाणा, पंजाब, हिमाचल प्रदेश, कर्नाटक, आसाम, दिल्ली एवं उत्तर प्रदेश से जुड़े प्रतिभागियों ने योग के महत्व को जाना। समापन समारोह में सभी राज्यों से एक-एक प्रतिभागी ने अपने विचार व्यक्त किए। बाद में छात्र गुलशन कुमार ने इस योग कार्यशाला से जुड़े सभी सदस्यों का आभार प्रकट किया।

Covid Vaccination Camp – June 21, 2021

COVID Vaccination Camp

Organized by

Bharat Vikas Parishad (Rohtak Branch)

In Collaboration with

Sh. L. N. Hindu College, Rohtak

(National Service Scheme & Youth Red Cross)

Date : June 21, 2021 (Monday)
Time : 09:30 am onwards
Venue: Sh. L. N. Hindu College, Rohtak (Near Bhiwani Chungi)

Please bring your Aadhar Card with yourself.

Note : Free Vaccination Camp for the age group of 18 to 44 years is going to be organized by the College. You all are requested to register yourself at CO-WIN App and Keep last 4 digits of Secret Code with yourself prior to vaccination to save the time.

Maintain Your Space, Cover Your Face

Chief Patron
Sh. Rajesh Sehgal
President
Hindu Education Society
Rohtak (Haryana)

Patron
Dr Rashmi Chhabra
Principal
Sh. L. N. Hindu College
Rohtak

Organizing Committee
Mr. Rajesh Gahlawat (9896115005)
Dr Shalu Juneja (9812432007)
Dr. Sandeep Kumar (9896122344)

SH. L.N. HINDU COLLEGE
ROHTAK
NATIONAL SERVICE SCHEME

SH. L.N. HINDU COLLEGE
ROHTAK
NATIONAL SERVICE SCHEME
COVID Vaccination Camp – JUNE 21, 2021
NOT ME, BUT YOU
KOJAK
SELINGE
0.5ml

भाविप के कैंप में 425 लोगों का टीकाकरण

रोहतक। भारत विकास परिषद रोहतक शाखा द्वारा सोमवार को हिंदू कॉलेज व सनातन धर्म पब्लिक स्कूल में आयोजित मेघा वैक्सीनेशन कैंप में 425 लोगों को वैक्सीन लगाई गई। 18 साल से ऊपर के सभी व्यक्तियों को वैक्सीन लगाने के लिए आयोजित कैंप में कार्यक्रम संयोजक अशोक गुप्ता ने बताया कि परिषद की रोहतक शाखा द्वारा अब तक 25 से ज्यादा कैंप आयोजित किए जा चुके हैं, जिसमें 4026 वैक्सीन लगाई गई है। कैंप में शाखा अध्यक्ष लोकेश जैन ने सिविल सर्जन कार्यालय से मिल रहे सहयोग के लिए सभी डॉक्टरों का आभार जताया। इस मौके पर रजत जैन, संजय भाटिया, अनुराग जैन, अमित गांधी, आनंद कुमार गर्ग आदि भी उपस्थित रहे।

भाविप के शिविर में 425 लोगों ने लगवाई वैक्सीन

रोहतक | भारत विकास परिषद की ओर से सोमवार को हिंदू कॉलेज व सनातन धर्म पब्लिक स्कूल में लगे कैंप में 425 लोगों को कोरोना से बचाव की वैक्सीन लगाई गई। कार्यक्रम संयोजक अशोक गुप्ता, रजत जैन, संजय भाटिया, अनुराग जैन, अमित गांधी, आनंद कुमार गर्ग, शाखा अध्यक्ष लोकेश जैन आदि उपस्थित रहे।

Extension Lecture & Pledge on 'Eye Donation' – Sept 07, 2021

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज महाविद्यालय में प्राचार्या डॉ रश्मि छाबड़ा जी की अध्यक्षता में एनएसएस यूनिट की ओर से नेत्रदान जागरूकता अभियान के तहत एक विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। जिसका विषय "नेत्रदान पर जागरूकता" रहा । इस विस्तार व्याख्यान के लिए मुख्य वक्ता सिविल हॉस्पिटल के डॉ. दिनेश शर्मा जी रहे। इस अवसर पर प्राचार्य जी ने मुख्य वक्ता का अभिनंदन करते हुए नेत्रदान जागरूकता अभियान की मुहिम में आगे बढ़ चढ़कर भाग लेने के लिए सभी को अनुग्रहित किया । इस अवसर पर डॉ दिनेश शर्मा में सभी को जागरूक करते हुए बताया कि एक व्यक्ति के नेत्रदान से 10 व्यक्तियों के जीवन को रोशन किया जा सकता है। संयोजिका डॉ. शालू जुनेजा ने कार्यक्रम में डॉ दिनेश शर्मा एवं कॉलेज प्राचार्य का धन्यवाद किया। इस अवसर पर कॉलेज प्राचार्य डॉ रश्मि छाबड़ा, वाईआरसी कोऑर्डिनेटर श्री राजेश गहलावत, एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ शालू जुनेजा व डॉ. संदीप, श्रीमती उमा शर्मा, डॉ नीलम मग्गू, डॉ अंजू देशवाल, डॉ शिखा, डॉ. दीप्ति शर्मा एवं समस्त स्टाफ सदस्य तथा विद्यार्थीगण उपस्थित रहे।

Extension Lecture on Occasion of World Sight Day – Oct 14, 2021

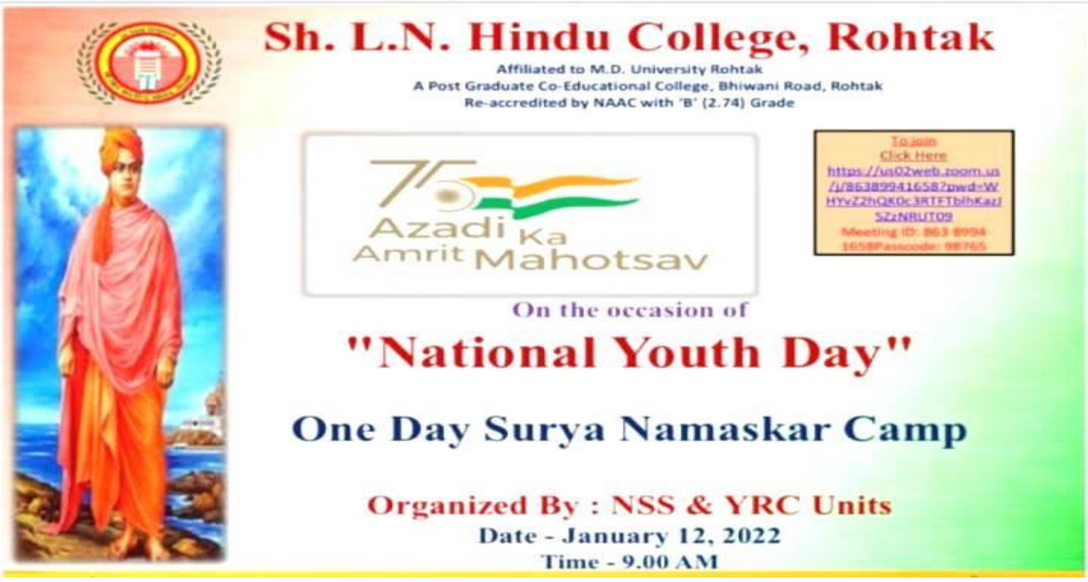
जिला दृष्टि विहीनता नियंत्रण एवं दृष्टि क्षीणता समिति, रोहतक
विश्व दृष्टि दिवस

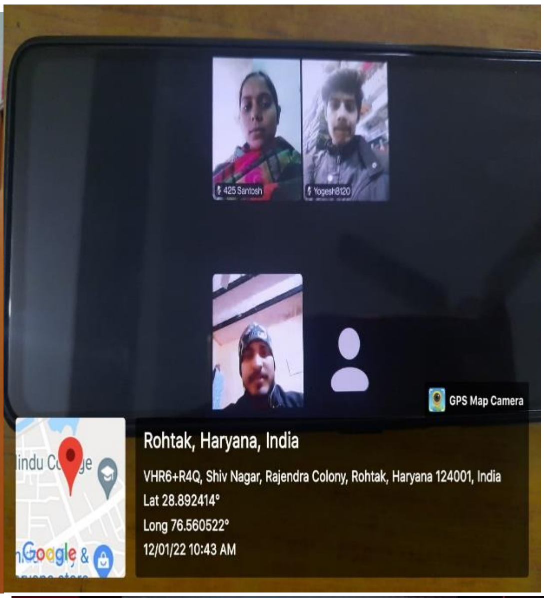
जिला दृष्टि विहीनता नियंत्रण एवं दृष्टि क्षीणता समिति, रोहतक
विश्व दृष्टि दिवस
विषय : LOVE YOUR EYES

Blood Donation Camp – Oct 27, 2021

श्री लाल नाथ हिंदू महाविद्यालय परिसर में हिंदू शिक्षण संस्थान द्वारा महाविद्यालय के संस्थापक डॉ मंगल सेन की 94वीं जयंती मनाई गई। कार्यक्रम का आरंभ हिंदू महाविद्यालय प्रबंध समिति के सदस्यों द्वारा सरस्वती मां के सामने दीप प्रज्ज्वलित कर तथा डॉ मंगल सेन की प्रतिमा को श्रद्धा सुमन अर्पित कर किया गया। इस अवसर पर मेडिकल काॅओर्डिनेटर डॉ गोपाल,रेड क्रॉस सोसायटी के सेक्रेटरी श्री देवेन्द्र चहल, यूथ रेड क्रॉस एवं एन.सी.सी.काॅओर्डिनेटर डॉ राजेश गहलावत और शालू जुनेजा के निर्देश में रक्तदान शिविर का आयोजन सफलतापूर्वक किया गया, जिसमें 72 प्राध्यापकों और विद्यार्थियों ने रक्तदान किया। इस अवसर पर श्री एस.के.धींगड़ा,श्री प्रदीप सपड़ा,श्री अजय निझावन,श्री श्याम कपूर,श्री राधे श्याम ढ़ूल,श्री अश्वनी खुराना,श्री प्रकाश अहुजा,श्री आर.के.कत्याल,श्री शतीश कत्याल,श्री नंद लाल गिरधर,श्री जितेन्द्र मेहता,श्री संजय अहुजा,श्री गुलशन धींगड़ा, डॉ मीनू कुमार(प्रिंसिपल हिंदू पब्लिक स्कूल),श्री मदन जुनेजा,श्री संजय पुनियानी,श्री दीपक सेठी,श्री गुलशन शर्मा जी,श्री राजेन्द्र नाथ चावला, डॉ हितेष ढ़ूल(एच .आई.एम.टी.डायरेक्टर), डॉ रश्मि छाबड़ा, डॉ उमा शर्मा, डॉ नीलम मग्गू, डॉ अंजू देसवाल, डॉ शिखा फौगाट, डॉ मिनाक्षी, डॉ अनिला, आदि सभी प्राध्यापक गण और सभी विद्यार्थी मौजूद रहे।

One Day Workshop on ‘Surya Namaskar’ on the occasion of National Youth Day – Jan 12, 2022





सूर्य नमस्कार एवं भाषण प्रतियोगिता का आयोजन

लाल नाथ हिंदू कॉलेज : एनसीसी, एनएसएस, वाईआरसी व महिला विकास प्रकोष्ठ की ओर से स्वामी विवेकानंद की 159वीं जयंती एवं राष्ट्रीय युवा दिवस मनाया गया। इस उपलक्ष्य में कॉलेज में सूर्य नमस्कार एवं भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। सूर्य नमस्कार एनसीसी अधिकारी राजेश गहलावत, एनएसएस समन्वयक डॉ. शालु जुनेजा, डॉ. संदीप व महिला प्रकोष्ठ संयोजक अनिला भठला की देखरेख हुआ। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने अध्यक्षता की। सूर्य नमस्कार का अभ्यास कॉलेज की खेलकूद विभाग की प्राध्यापक मौसम ने कराया। सूर्य नमस्कार में 72 विद्यार्थियों ने ऑनलाइन व 40 स्टाफ सदस्यों ने ऑफलाइन भाग लिया। महिला विकास प्रकोष्ठ की ओर से भाषण प्रतियोगिता कराई गई। इसमें 15 छात्रों ने भाग लिया। डॉ. प्रोमिला ने बताया कि स्वामी विवेकानंद युवाओं के आदर्श एवं मार्गदर्शक हैं। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि स्वामी विवेकानंद भारतीय समाज के साथ विश्व के लिए भी एक आदर्श हैं।

21 Days Surya Namaskar Workshop – January 15 – February 08, 2022

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज में 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का आयोजन कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाइआरसी इकाइयों की ओर से ऑनलाइन तथा ऑफलाइन माध्यम से किया गया| स्वतंत्रता की 75वी वर्षगांठ के तहत परमश्रदेय योगगुरु स्वामी रामदेव जी के नेतृत्व और आयुष विभाग, भारत सरकार एवं हरियाणा योग आयोग, हरियाणा सरकार तथा विभिन्न सामाजिक संगठनों की ओर से 75 करोड़ सूर्य नमस्कार कार्यक्रम भारत में ही नहीं अपितु संपूर्ण विश्व में चलाया जा रहा है|इसी के तहत श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज, रोहतक, हरियाणा की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों द्वारा 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार का 15 जनवरी, 2022 को विधिवत रूप से शुभारम्भ प्राचार्या डॉ रश्मि छाबड़ा जी के द्वारा किया गया। जिसमें श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज, रोहतक के कुल 70 जिसमे 24 प्राध्यापक एवं 46 एनसीसी, एनएसएस एवं वायआरसी के स्वयंसेवकों ने अपना पंजीकरण करवाया| यह कार्यक्रम 15 जनवरी 2022 को प्रारंभ किया गया जिसका समापन 8 फरवरी. 2022 को किया गया|इस कार्यशालाके समन्वयक श्री राजेश गहलावत, (एनसीसी ऑफिसर), संयोजिका डॉ शालू जुनेजा, (एनएसएस अधिकारी), नोडल ऑफिसर श्रीमती मौसम, (सहायक प्रोफेसर, खेलकूद विभाग) रहे| यह कार्येशाला कॉलेज प्राचार्या डॉ रश्मि छाबड़ा जी की अध्यक्षता में सफलतापूर्वक चलाई गई| इस कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य सभी प्रतिभागियों को प्रतिदिन सूर्य नमस्कार के 12 क्रमों को 13 बार करवाना था तथा इस सन्देश को जन-जन तक पहुंचाना था ताकि सभी सूर्य नमस्कार को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना सके|

उद्घाटन समारोह विवरणिका

इस कार्यशाला को प्रारंभ करने से पहले 12 जनवरी 2022 को स्वामी विवेकानंद जी के जन्मदिवस पर सूर्य नमस्कार का अभ्यास करवाया गया जिसका आयोजन एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों की ओर से किया गया जिसकी सफलता हमारी 21 दिवसीय कार्यशाला को चलाने में मददगार साबित हुई| इसके उपरांत 14 जनवरी को एडुसैट के माध्यम से डॉ जयदीप आर्य जी, चेयरमैन, हरियाणा योग आयोग ने इस कार्यक्रम की रूपरेखा से अवगत करवाया| जिसके तहत कॉलेज में 24 प्राध्यापकों एवं 46 एनसीसी एनएसएस एवं वायआरसी के स्वयंसेवकों का पंजीकरण किया गया|

<u>उद्घाटन समारोह एवं सूर्य नमस्कार कार्यशाला (जनवरी 15, 2022 - फरवरी 08, 2022)</u>

15 जनवरी 2022 से 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का शुभारंभ प्रातः 9:00 कॉलेज प्रांगण के माधव सभागार में किया गया| यह कार्यशाला ऑनलाइन तथा ऑफलाइन दोनों माध्यमों में चलाई गई| कार्यशाला के उद्घाटन समारोह में 15 जनवरी 2022 को मुख्य अतिथि कॉलेज प्राचार्या डॉ रश्मि छाबड़ा रही| उन्होंने बताया कि इस कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य सूर्य नमस्कार को जन-जन तक पहुंचाना है| कार्यशाला की शुरुवात में मैडम मौसम द्वारा स्ट्रेचिंग व्यायाम करवाई गई| उसके उपरांत सूर्य नमस्कार के 12 क्रमों को 13 बार करवाया गया| उद्घाटन समारोह के अंत में फर्स्ट हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल भगवानदास ने इस कार्यक्रम की सफलता के लिए सभी को शुभकामनाएं दी|इसके उपरांत कल्याण मंत्र से प्रथम दिन को विराम दिया गया | इसी तरह प्रतिदिन इस कार्यशाला का आयोजन किया गया |

प्राचार्या, डॉ रश्मि छाबड़ा, 21 दिवसीय कार्यशाला का शुभारंभ करते हुए

श्री राजेश गहलावत, समन्वयक, 21 दिवसीय कार्यशाला के प्रथम दिन का संचालन करते हुए

डॉ शालू जुनेजा, संयोजिका, 21 दिवसीय कार्यशाला की रूपरेखा रखते हुए

नोडल ऑफिसर, श्रीमती मौसम सूर्य नमस्कार का अभ्यास कराते हुए

प्रथम दिन का अभ्यास

रोहतक। कार्यशाला में हिस्सा लेते प्रतिभागी।

हिंदू कॉलेज में सूर्य नमस्कार कार्यशाला

कार्यक्रम 21 दिन तक चलेगा : जुनेजा

हरिभूमि न्यूज >> रोहतक

श्री लालनाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों के द्वारा 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का ऑफलाइन एवं ऑनलाइन शुभारंभ किया गया। प्राचार्या डॉ. रश्मि छाबड़ा ने बताया कि स्वतंत्रता की 75वीं वर्षगांठ के तहत 75 करोड़ सूर्यनमस्कार कार्यक्रम भारत में ही नहीं बल्कि विश्व में चलाया जा रहा है। जिसमें महाविद्यालय के 23 प्राध्यापक एवं 46 विद्यार्थियों ने अपना रजिस्ट्रेशन करवाया है। कार्यक्रम की संयोजिका डॉ. शालू जुनेजा ने बताया कि यह कार्यक्रम 21 दिन तक चलेगा। जिसमें सभी प्रतिभागियों को प्रतिदिन 13 सूर्यनमस्कार का अभ्यास कराया जायेगा। कार्यक्रम की नोडल ऑफिसर मौसम ने शारीरिक व्यायाम कराया। उसके बाद सूर्यनमस्कार के 12 क्रम को 13 बार अभ्यास कराया। प्राचार्या ने बताया कि कार्यक्रम का उद्देश्य सूर्यनमस्कार को जन-जन तक पहुंचाना है ताकि सभी सूर्यनमस्कार को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना सकें। इस अवसर पर फर्स्ट हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल भगवान दास, एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत, डॉ. नीलम मग्गू, डॉ. हरदीप, डॉ. प्रोमिला यादव, डॉ. संदीप, चंदना जैन, सुमित कुमार, सोनिया, प्रवेश कुमार, प्रवीण आदि उपस्थित रहे।

हरी भूमि –16-01-22

जन-जन तक सूर्य नमस्कार को पहुंचाना ही कार्यक्रम

माई सिटी रिपोर्टर

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों के जरिये '75 करोड़ सूर्य नमस्कार' कार्यक्रम के तहत 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का ऑफलाइन एवं ऑनलाइन शुभारंभ किया गया। एनसीसी अधिकारी राजेश गहलावत, एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ. शालू, डॉ. संदीप, मौसम की देखरेख में यह आयोजन किया गया। इस दौरान अध्यक्षता कर रहीं प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य जन-जन तक सूर्य नमस्कार को पहुंचाना है। ताकि सभी इसे अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना सकें।

स्वतंत्रता की 75वीं वर्षगांठ पर आयुष विभाग, भारत सरकार एवं हरियाणा योग आयोग, हरियाणा सरकार एवं विभिन्न संगठनों की ओर से कार्यक्रम का आयोज... महावि... विद्यार्थियों ने अपना पंजीकरण कराया है। कार्यक्रम संयोजक डॉ. शालू जुनेजा ने कहा कि यह कार्यक्रम 21 दिन तक चलेगा। इसमें सभी प्रतिभागियों को प्रतिदिन 13 सूर्य नमस्कार का अभ्यास ... व्यायाम कराया। इस दौरान प्रथम हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल भगवान दास ने कार्यक्रम की शुभकामनाएं दी। एनसीसी अधिकारी राजेश गहलावत, एनएसएस समन्वयक डॉ. शालू, डॉ. नीलम मग्गू, डॉ. हरदीप, डॉ. प्रोमिला यादव, चंदना जैन, सुमित कुमार, सोनिया, प्रवेश कुमार एवं प्रवीण उपस्थित रहे।

सूर्य नमस्कार करें व कराएं : योगेश्वर

रोहतक। आजादी का अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में आयोजित 75 करोड़ वैश्विक सूर्य नमस्कार आसन उत्सव की शृंखला का वृहद यज्ञ अग्रसर है। जिला मीडिया प्रभारी पुनीत शांडिल्य ने बताया कि कार्यक्रम के चलते ओलंपिक गोल्ड मेडलिस्ट योगेश्वर दत्त से मुलाकात की। इस दौरान दत्त ने कहा कि लोग सूर्य नमस्कार करें और कराएं। इससे स्वास्थ्य उत्तम रहता है। बैठक में योगेश्वर दत्त, हरियाणा योग आयोग एवं हरियाणा योगासन स्पोर्ट्स एसोसिएशन के कार्यकर्ता अंश चौधरी, प्रियंका व कोमल वर्मा उपस्थित रहे। ब्यूरो

दैनिक जागरण - 16-01-22

सूर्य नमस्कार के 12 क्रम को 13 बार दोहराया

श्री लालनाथ हिंदू कालेज में सूर्य नमस्कार कार्यक्रम में योग करते विद्यार्थी। • विज्ञप्ति

रोहतक : श्री लालनाथ हिंदू कालेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाइआरसी इकाईयों की ओर से चल रहे 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार अभ्यास कार्यक्रम में दूसरे दिन नोडल अधिकारी मौसम ने योग कराया। आयुष मंत्रालय की ओर से चल रहे कार्यक्रम के तहत कालेज की ओर से विद्यार्थियों, शिक्षकों को योगाभ्यास कराया जा रहा है। आनलाइन और आफलाइन माध्यम से कार्यक्रम संचालित है। खासकर सूर्य नमस्कार का अभ्यास कराया है। प्रतिभागियों ने सूर्य नमस्कार के 12 क्रम को 13 बार दोहराया। मौके पर प्राचार्या डा. रश्मि छाबड़ा, डा. शालू जुनेजा, कर्नल भगवान दास, राजेश गहलावत, डा. अंजू मौजूद रहे। (विज्ञप्ति)

अमर उजाला– 17-01-22

प्रतिदिन का अभ्यास

लालनाथ हिंदू कॉलेज में चल रहे 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का दूसरा दिन

सूर्यनमस्कार आमजन तक पहुंचाने के लिए अभ्यास करवायाः डॉ. रश्मि छाबड़ा

भास्कर न्यूज | रोहतक

• लालनाथ हिंदू कॉलेज में सूर्य नमस्कार करते स्टाफ सदस्य और छात्र।

श्री लाल नाथ हिन्दू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाईयों द्वारा चलाए जा रहे 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यक्रम के दूसरे दिन सोमवार को ऑनलाइन व ऑफ लाइन आसन व सूर्य नमस्कार का अभ्यास कराया गया। इस मौके पर कॉलेज के 23 प्राध्यापक एवं 46 एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी वॉलंटियर्स ने पंजीकरण करवाया। नोडल ऑफिसर मौसम ने सर्वप्रथम प्रतिभागियों को शारीरिक व्यायाम कराया। इसके उपरांत सूर्य नमस्कार के 12 क्रम को क्रमवार 13 बार अभ्यास कराया गया। प्राचार्या डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि यह 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार आजादी के अमृत महोत्सव के तहत चलाया जा रहा है। उदेश्य सूर्य नमस्कार को जन जन तक पहुंचाना है। कोर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने बताया कि सूर्य, चन्द्र, धरती, हवा एवं गगन ये सब पांचों तत्व हमें उर्जा देते हैं। लेकिन उर्जा का मूल स्रोत सूर्य भगवान हैं। ऐसे में सूर्य नमस्कार प्रतिदिन करना चाहिए। फस्ट हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल भगवान दास ने प्रतिभागियों को शुभ कामनाएं दी। एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत, डॉ. अंजू देसवाल, डॉ. शिखा, डॉ. मीनाक्षी गुगनानी, डॉ. वंदना रंगा, ममता सहगल, सुमित कुमार एवं प्रवीण उपस्थित रहे।

दैनिक भास्कर – 17-01-22

150 देशों में किया जा रहा सूर्य नमस्कार

हिंदू कॉलेज में कैडेट्स को अभ्यास करवाया

रोहतक। शिविर में सूर्य नमस्कार का अभ्यास करते युवा।

हरिभूमि न्यूज ▶▶। रोहतक

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाईयों द्वारा चलाये जा रहे 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार में शुक्रवार को नोडल ऑफिसर मौसम ने शारीरिक व्यायाम के साथ सूर्य नमस्कार के 12 क्रम को 13 बार अभ्यास करवाया। कार्यशाला कोर्डिनेटर डॉ. शालु जुनेजा ने बताया कि यह सूर्य नमस्कार देश-विदेशों में 75 करोड़ बार किया जायेगा। प्राचार्या डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि सूर्य नमस्कार विश्व में लगभग 150 देशों में किया जा रहा है जिसका उदेश्य विश्व में एकता एवं स्वास्थ्य को बढ़ाना है। इस अवसर पर फर्स्ट हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल भगवान दास, एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत, डॉ. अंजू देसवाल, डॉ. शिखा, डॉ. मीनाक्षी गुगनानी, डॉ. वंदना रंगा, ममता सहगल, किरव देवी, नवीन कुमार, सुमित कुमार, प्रवीण आदि मौजूद रहे।

हरी भूमि– 17-01-22

सूर्य नमस्कार का किया अभ्यास

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस व वाईआरसी इकाइयों की ओर से चलाई जा रही 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला के छठे दिन विद्यार्थियों व शिक्षकों ने सूर्य नमस्कार का अभ्यास किया। यह कार्यशाला एनसीसी अधिकारी राजेश गहलावत, एनएसएस समन्वयक डॉ. शालू जुनेजा व नोडल अधिकारी मौसम की देखरेख में चल रही है। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने इसकी अध्यक्षता करते हुए कहा कि आजादी के अमृत महोत्सव के तहत 15 जनवरी को कार्यशाला शुरू की गई है। यह 75 करोड़ सूर्य नमस्कार का भाग है। कॉलेज के 23 प्राध्यापक एवं 46 एनसीसी, एनएसएस व वाईआरसी वालंटियर्स ने पंजीकरण करा लिया है। यह कार्यक्रम प्रतिदिन ऑनलाइन व ऑफलाइन माध्यमों में चलाया जा रहा है। इस मौके पर डॉ. अंजू देसवाल, डॉ. शिखा, डॉ. मीनाक्षी गुगनानी, डॉ. वंदना रंगा, ममता सहगल, किरव देवी, नवीन कुमार, सुमित कुमार एवं प्रवीण उपस्थित रहे। ब्यूरो

अमर उजाला– 17-01-22

13 बार कराए सूर्य नमस्कार के 12 क्रम

लाल नाथ हिंदू कॉलेज में आयोजित कार्यशाला का दूसरा दिन

लाल नाथ हिंदू कॉलेज में सूर्य नमस्कार कार्यशाला में भाग लेते शिक्षक व वालंटियर्स। विज्ञप्ति

माई सिटी रिपोर्टर

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों की ओर से चलाए जा रहे 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला में सोमवार को दूसरे दिन 13 बार सूर्य नमस्कार के 12 क्रम कराए गए। आयुष मंत्रालय भारत सरकार व हरियाणा योग आयोग हरियाणा सरकार के 75 करोड़ सूर्य नमस्कार कार्यक्रम के तहत यह कार्यशाला आयोजित की गई है। इसमें कॉलेज के 23 प्राध्यापक एवं 46 एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी वालंटियर्स ने पंजीकरण कराया है। यह कार्यक्रम ऑनलाइन व ऑफलाइन दोनों माध्यमों में चलाया जा रहा है।

कार्यक्रम की नोडल अधिकारी मौसम ने सर्वप्रथम प्रतिभागियों को शारीरिक व्यायाम कराया। इसके बाद सूर्य नमस्कार के 12 क्रम को क्रमवार 13 बार कराया। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि यह 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार आजादी के अमृत महोत्सव के तहत चलाया जा रहा है। कार्यक्रम कोऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने कहा कि सूर्य, चंद्र, धरती, हवा एवं गगन ये पांचों तत्व हमें ऊर्जा देते हैं। ऊर्जा का मूल स्त्रोत सूर्य भगवान हैं। प्रथम हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल भगवान दास ने भी अपने विचार रखे। इस मौके पर राजेश गहलावत, डॉ. अंजू देसवाल, डॉ. शिखा, डॉ. मीनाक्षी गुगनानी, डॉ. वंदना रंगा, ममता सहगल, सुमित कुमार व प्रवीण उपस्थित रहे।

दैनिक जागरण– 17-01-22

सूर्य नमस्कार

व्यायाम के बाद करवाया सूर्य नमस्कार

रोहतक। श्री लालनाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाईयों द्वारा चलाये जा रहे 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यक्रम में सोमवार को नोडल ऑफिसर मौसम ने प्रतिभागियों को शारीरिक व्यायाम कराया। इस के बाद सूर्य नमस्कार के 12 क्रम को क्रमवार 13 बार करावाया। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा व कोर्डिनेटर डॉ. शालु जुनेजा ने बताया कि सूर्य, चंद्र, धरती, हवा एवं गगन ये सब पांचों तत्व हमें उर्जा देते हैं लेकिन उर्जा का मूल स्त्रोत सूर्य भगवान हैं। हमें सूर्य नमस्कार प्रतिदिन करना चाहिए। इस मौके पर प्रथम हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल भगवान दास, एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत, डॉ. अंजू देसवाल, डॉ. शिखा, डॉ. मीनाक्षी गुगनानी, डॉ. वंदना रंगा, ममता सहगल, सुमित कुमार, प्रवीण आदि उपस्थित रहे।

हरी भूमि–22-01-22

25 जनवरी 2022 को राष्ट्रीय मतदाता दिवस

नौवें दिन 25 जनवरी 2022 को राष्ट्रीय मतदाता दिवस मनाया गया जिसमेसबसे पहले एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों द्वारा राष्ट्रीय मतदाता दिवस पर कॉलेज प्राचार्या, प्राध्यापक गण एवं विद्यार्थियों द्वारा ऑनलाइन तथा ऑफलाइन दोनों माध्यमों से शपथ ग्रहण की गई| कॉलेज प्राचार्य डॉ रश्मि छाबड़ा जी ने मतदाता दिवस पर कहा कि मतदान करना हमारा परम कर्तव्य है तथा प्रत्येक नागरिक को अपने मत का महत्व समझना चाहिए|कार्यशाला संयोजिका डॉ शालू जुनेजा ने कहा कि मतदान दिवस को मनाने का सबसे बड़ा उद्देश्य लोगों को मतदान के प्रति जागरूक करना है| एनसीसी ऑफिसर श्री राजेश गहलावत, संयोजक, ने कहा कि इस दिवस का मुख्य उद्देश्य प्रत्येक नागरिक को मतदान के प्रति जागरूक करने तथा अपने कर्तव्य को पूरा करने से है| उसके उपरांत प्रतिदिन की तरह कार्यशाला का नौवां दिन सफल रहा|

राष्ट्रीय मतदाता दिवस पर शपथ लेते हुए

प्राध्यापकों–विद्यार्थियों ने मतदान की ली शपथ

रोहतक, विज्ञप्ति : श्री लालनाथ हिंदू कालेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाइआरसी की ओर से राष्ट्रीय मतदाता दिवस पर शपथ ग्रहण समारोह का आयोजन किया गया। कालेज के प्राध्यापकों, विद्यार्थियों को आनलाइन और आफलाइन दोनों माध्यमों से शपथ ग्रहण की। कालेज प्राचार्य डा. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि मतदान हमारा परम कर्तव्य है।

दैनिक जागरण– 26-01-22

राष्ट्रीय मतदाता दिवस पर ग्रहण की शपथ

25 जनवरी को राष्ट्रीय मतदाता दिवस मनाया

माई सिटी रिपोर्टर

रोहतक। लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों की ओर से 25 जनवरी को राष्ट्रीय मतदाता दिवस मनाया गया। इसके तहत कॉलेज के प्राध्यापकों एवं विद्यार्थियों ने ऑनलाइन व ऑफलाइन दोनों माध्यमों से शपथ ग्रहण की।

कॉलेज प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने कहा कि मतदान करना हमारा परम कर्तव्य है। प्रत्येक नागरिक को अपने मतदान का महत्व समझना चाहिए। एनएस कोऑर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने कहा कि मतदाता दिवस को मनाने का सबसे बड़ा उद्देश्य लोगों को मतदान के प्रति जागरूक करना है। एनसीसी ऑफिसर डॉ. राजेश गहलावत ने कहा कि यह दिवस प्रत्येक नागरिक को जागरूक करने के कर्तव्य को पूरा करने से है।

इसके साथ कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों की ओर से चलाये जा रहे 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार का मंगलवार को नौवां दिन रहा। इस 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत, एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ. शालु जुनेजा एवं इस कार्यक्रम की नोडल ऑफिसर मौसम कि देखरेख में 15 जनवरी को यह कार्यक्रम शुरू हुआ था। कार्यक्रम में डॉ. हरदीप, मधु विज, शिखा मल्होत्रा, डॉ. प्रोमिला, सोनिया, चंदना जैन, प्रवेश उपस्थित रहे।

अमर उजाला– 26-01-22

26 जनवरी 2022 को कॉलेज में गणतंत्र दिवस

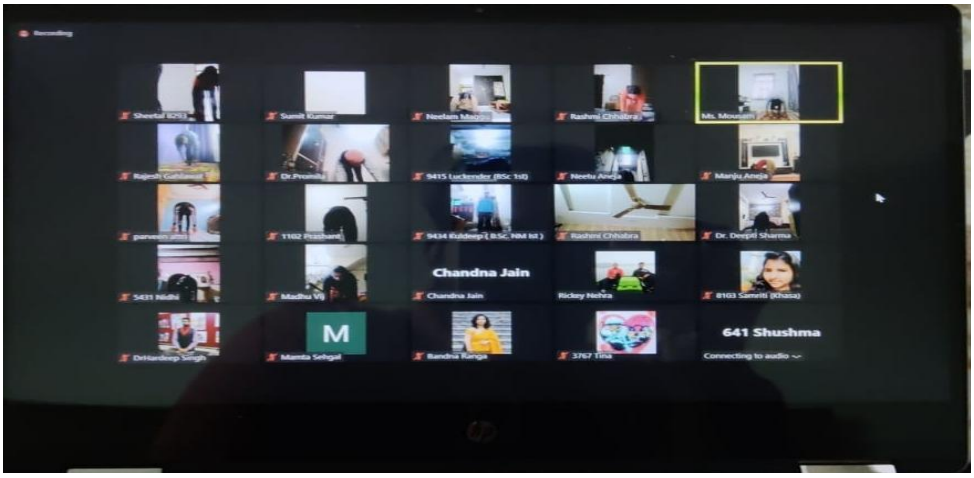
26 जनवरी 2022 को कॉलेज में गणतंत्र दिवस पर झंडा फहराया गया जिस के मुख्य अतिथि कॉलेज प्रबंध समिति के प्रधान श्री राजेश कुमार सहगल जी एवं सभी प्रबंध समिति के पदाधिकारी गण रहे| झंडा फहराने के उपरांत सूर्य नमस्कार कार्यशाला का दसवां दिन 12 क्रमों को 13 बार करते हुए सूर्य नमस्कार को प्रतिदिन की तरह कल्याण मंत्र के साथ पूरा किया गया|

गणतंत्र दिवस पर झंडा फहराते हुए

गणतंत्र दिवस पर हिन्दू शिक्षण संस्थान के पदाधिकारी गन तथा प्राध्यापक गन में बातचीत

26 जनवरी को सूर्य नमस्कार करते हुए

ऑनलाइन माध्यम से सूर्य नमस्कार कराते हुए नोडल ऑफिसर, श्रीमती मौसम



ऑनलाइन माध्यम से सूर्य नमस्कार करते हुए

27 जनवरी का अभ्यास

27 जनवरी का अभ्यास

1 फरवरी का अभ्यास

2 फरवरी का अभ्यास

<u>04 फरवरी, 2022 - मुख्य अतिथि डॉ हरीश चन्द्र, रजिस्ट्रार, हरियाणा योग आयोग</u>

कार्यशाला के 18वें दिन, दिनांक 4 फरवरी, 2022 को कार्यक्रम में मुख्य अतिथि डॉ हरीश चंद्र, रजिस्ट्रार, हरियाणा योग आयोग हरियाणा सरकार ऑनलाइन माध्यम से अपनी पूरी टीम के साथ जुड़े जिसमें उन्होंने बताया कि यह 75 करोड सूर्य नमस्कार योग गुरु स्वामी रामदेव जी के नेतृत्व एवं विभिन्न सामाजिक संगठनों के माध्यम से पूरे विश्व में किया जा रहा है| उन्होंने इस अवसर पर कहा कि इस कार्यशाला के सफल संचालन के लिए महाविद्यालय बधाई का पात्र है। प्राचार्या डॉ रश्मि छाबड़ा जी ने मुख्य अतिथि जी का स्वागत करते हुए कहा कि हम सभी के लिए यहगर्व कि बात है की 75 करोड़ सूर्यनमस्कार एक विश्व कीर्तिमान बनने जा रहा है। और हम सभी इसका हिस्सा होंगे। उन्होंने हरियाणा योग आयोग के रजिस्ट्रार डॉ हरीश चंद्र जी से आग्रह किया कि हम महाविद्यालय को हरियाणा योग आयोग से जोड़ना चाहते हैं ताकि हम योग का प्रचार और प्रसार कर सके।18वें दिन 4 फरवरी, 2022 को मंच का संचालन श्री राजेश गहलावत ने किया तथा अंत में डॉ शालू जुनेजा ने मुख्य अतिथि का धन्यवाद ज्ञापित किया|इस 21 दिवसीय कार्यशाला को 7 फरवरी, 2022 तक सफल तरीके से चलाया गया|

04 फरवरी, 2022 - मुख्य अतिथि डॉ हरीश चन्द्र, रजिस्ट्रार, हरियाणा योग आयोग

श्री लालनाथ हिंदू कॉलेज में स्टूडेंट्स ने किया सूर्य नमस्कार

भास्कर न्यूज | रोहतक

श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस व वाईआरसी यूनिट की ओर से आयोजित सूर्य नमस्कार कार्यक्रम के 18वें दिन का संचालन एनसीसी अधिकारी डॉ. राजेश गहलावत, कार्यशाला कोऑर्डिनेटर डॉ शालू जुनेजा, नोडल अधिकारी मौसम और प्राचार्या डॉ. रश्मि छाबड़ा के नेतृत्व में किया गया। कार्यक्रम में कॉलेज के 24 प्राध्यापक और 46 एनसीसी, एनएसएस व वाईआरसी वालिंटियर ने पंजीकरण करवाया है। कार्यशाला के 18 वें दिन के हरियाणा योग आयोग के रजिस्ट्रार डॉ. हरीश चन्द्र ऑनलाइन माध्यम से मुख्य अतिथि के रूप में टीम से जुड़े। कार्यशाला कॉर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा ने बताया कि कार्यशाला का समापन 8 फरवरी को होगा। हरियाणा योग आयोग के चेयरमैन डॉ. जयदीप आर्य ऑनलाइन जुडेंगे। समापन समारोह में प्रतिभागियों को प्रशंसा पत्र दिए जाएंगे। कार्यक्रम में डॉ. नीलम मग्गू, डॉ. मीनाक्षी गुगनानी, डॉ. हरदीप, डॉ बन्दना रंगा, डॉ. दीप्ति शर्मा, डॉ. वीरेंद्र बलोदा, डॉ. प्रोमिला, चंदना जैन, और विद्यार्थी उपस्थित रहे।

दैनिक भास्कर–05-02-2022

श्री राजेश गहलावत द्वारा मुख्य अतिथि डॉ हरीश चन्द्र जी का स्वागत एवं परिचय करते हुए

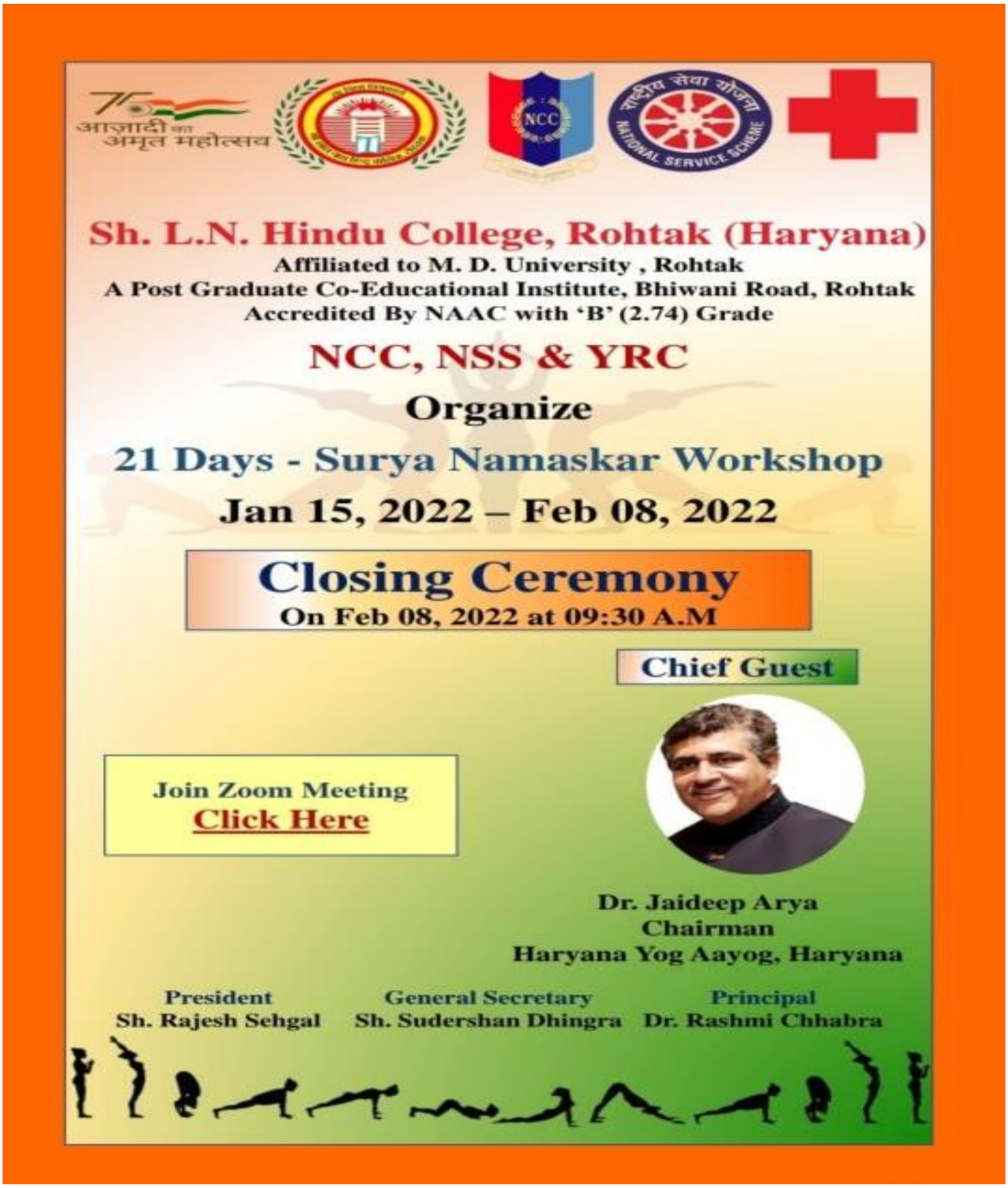
04 फरवरी, 2022 के मुख्य अतिथि डॉ हरीश चन्द्र, रजिस्ट्रार, हरियाणा योग आयोग का संबोधन

<u>07 फरवरी, 2022 - सूर्यनमस्कार कार्यशाला के 21 दिन पूर्ण</u>

दिनांक 7 फरवरी, 2022 को इस सूर्यनमस्कार कार्यशाला के 21 दिन पूर्ण हुए जिसमे प्रतिदिन की तरह सबसे पहले शारीरिक व्यायाम करवाया गया और फिर सूर्य नमस्कार के 12 क्रमों को 13 बार किया गया| प्रतिभागियों ने इस दिन यह प्रण लिया कि भविष्य में सूर्य नमस्कार को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनायेंगे तथा जन जन को सूर्य नमस्कार को करने के लिए प्ररित करेंगे|

<u>08 फरवरी. 2022 – कार्यशाला के समापन पर मुख्य अतिथि डॉ जयदीप आर्य जी, अध्यक्ष, हरियाणा योग आयोग</u>

दिनांक 08 फरवरी, 2022 को इस 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का विधिवत रूप से कार्यशाला का समापन किया गया| इस समारोह के मुख्य अतिथि डॉ जयदीप आर्य जी, चेयरमैन, हरियाणा योग आयोग, हरियाणा सरकार, विशिष्ट अतिथि श्री राजेश कुमार सहगल जी, प्रधान, हिंदू शिक्षण संस्थान तथा श्री सुदर्शन कुमार धींगडा जी, महासचिव, हिंदू शिक्षण संस्थान रहे| कार्यक्रम का शुभारंभ माँ सरस्वती के समक्ष द्वीप प्रज्वलन कर किया गया। समयंव्यक, श्री राजेश गहलावत ने 21 दिवसीय कार्यशाला की रूपरेखा विस्तार से रखी तथा मंच का सफलतापूर्वक संचालन किया।तथा इस सूर्य नमस्कार के 21 दिनों के लघु चलचित्र दिखाकर सभी अतिथियों को कार्यक्रम से अवगत कराया।कॉलेज प्राचार्या डॉ रश्मि छाबड़ा जी ने सभी अतिथियों का स्वागत करते हुए कहा कि महा विद्यालय योग के प्रचार और प्रसार के लिए निरंतर कार्यक्रम का आयोजन करता रहता है। उन्होंने हरियाणा योग आयोग से अनुरोध किया कि भविष्य में महाविद्यालय,हरियाणा योग आयोग के साथ मिलकर कार्यक्रम का आयोजन करें ताकि योग का प्रचार एवं प्रसार बढ़ें।इस समारोह के मुख्यअतिथि डॉ जयदीप आर्य जी, चेयरमैन, हरियाणा योग आयोग ने कहा कि 75 करोड़ सूर्य नमस्कार का यह अनुष्ठान विश्वकीर्तिमान बनने जा रहा है जिसमे हिंदू कॉलेज, रोहतक की सहभागिता अत्यंत प्रशंसनीय है। उन्होंने भविष्य में महाविद्यालय को हरियाणा योग आयोग से जोड़ने का आश्वासन दिया और यह विश्वास दिलाया कि भविष्य में हिंदू कॉलेज रोहतक के साथ मिलकर कार्यक्रम चलाएंगे। महाविद्यालय के प्रधान श्री राजेश सहगल जी ने कहा कि इस प्रकार के आयोजन व्यक्तित्व निर्माण में सहायक होते हैं और हरियाणा योग आयोग के चेयरमैन को आश्वासन दिया कि महाविद्यालय योग के प्रचार एवं प्रसार के लिए कार्यक्रम करता रहेगा और कहा कि भविष्य में महाविद्यालय में एक योगशाला का निर्माण करवाएगा ताकि प्राध्यापक तथा विद्यार्थी निरंतर योग का अभ्यास कर सकें।हिन्दू शिक्षण संस्थान के महासचिव, श्री सुदर्शन धींगड़ा जी ने कहा कि सूर्य नमस्कार सभी योगों में सर्वोपरि माना गया है। अतः सभी को सूर्य नमस्कार को अपनी दिनचर्या में अपनाना चाहिए।कार्यशाला के अंत में सभी प्रतिभागियों को विशिष्ट अतिथियों द्वारा मंच पर प्रशंसापत्र एवम पतंजलि आयुर्वेद, हरिद्वार द्वारा निर्मित आंवला कैंडी से सम्मानित किया गया।इसके पश्चात् कार्यशाला संयोजिका डॉ शालू जुनेजा ने सभी अतिथियों, प्रतिभागियों, टीचिंग स्टाफ, नॉनटीचिंग स्टाफ एवम इस कार्यशाला को सफल बनाने में सभी वॉलंटियर्स का धन्यवाद किया तथा सभी से आह्वान किया कि सूर्य नमस्कार को स्वयं भी करे और इसका प्रचार एवं प्रसार भी करे तभी इस प्रकार की कार्यशाला को सफल बनाया जा सकता है 1उन्होंने इस कार्यक्रम के नोडल ऑफिसर श्रीमती मौसम, सहायक प्रोफेसर, खेलकूद विभाग का भी विशेष रूप से धन्यवाद किया जिन्होंने इस कार्यशाला को 21 दिन तक सुचारू रूप से चलाया।



समापन समारोह विवरणिका

08 फरवरी, 2022 - मुख्य अतिथि डॉ जयदीप आर्य जी, चेयरमैन, हरियाणा योग आयोग का स्वागत एवं परिचय

08 फरवरी, 2022 के मुख्य अतिथि डॉ जयदीप आर्य जी, चेयरमैन, हरियाणा योग आयोग जी संबोधित करते हुए

हिंदू कॉलेज में 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार का समापन

रोहतक | श्रीलाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाई आरसी इकाइयों द्वारा चलाए गए 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का मंगलवार समापन किया गया। समापन समारोह के मुख्यअतिथि हरियाणा योग आयोग के चेयरमैन डॉ. जयदीप आर्य, विशिष्ट अतिथि हिंदू शिक्षण संस्थान के प्रधान राजेश सहगल व सुदर्शन कुमार धींगड़ा रहे। एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत ने 21 दिवसीय कार्यशाला की रूपरेखा के बारे में बताया। प्राचार्य डॉ. रश्मि छाबड़ा ने बताया कि महाविद्यालय योग के प्रचार और प्रसार के लिए निरंतर कार्यक्रम का आयोजन करता रहता है। कार्यशाला कॉर्डिनेटर डॉ. शालू जुनेजा रहीं।

दैनिक भास्कर– 09-02-2022

21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला संपन्न

रोहतक। श्री लाल नाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों द्वारा आयोजित 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का मंगलवार को समापन किया गया। इस समापन समारोह के मुख्यअतिथि डॉ. जयदीप आर्य, चेयरमैन, हरियाणा योग आयोग, हरियाणा सरकार, विशिष्ट अतिथि राजेश कुमार सहगल, प्रधान हिंदू शिक्षण संस्थान तथा सुदर्शन कुमार धींगड़ा, महासचिव, हिंदू शिक्षण संस्थान मुख्य रूप से रहे। समारोह का आरंभ सरस्वती मां के समक्ष द्वीप प्रज्वलित करके किया गया। एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत ने 21 दिवसीय कार्यशाला की रूपरेखा विस्तार से रखी तथा मंच का सफलतापूर्वक संचालन किया।

हरी भूमि – 09-02-2022

सूर्य नमस्कार कार्यशाला का समापन, प्रतिभागी सम्मानित

कार्यशाला के समापन पर हरियाणा योग आयोग के चेयरमैन डा . जयदीप आर्य प्रतिभागियों को सम्मानित करते हुए। ● विज्ञप्ति।

रोहतक : श्री लाल नाथ हिंदू कालेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाइआरसी इकाइयों की ओर से संचालित 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का समापन हुआ। समापन समारोह में हरियाणा योग आयोग के चेयरमैन डा . जयदीप आर्य बतौर मुख्य अतिथि पहुंचे। मां सरस्वती के सम्मुख दीप प्रज्जवलन के साथ कार्यक्रम की शुरुआत की गई। मुख्य अतिथि ने कहा कि 75 करोड़ सूर्य नमस्कार का विश्वकीर्तिमान बनने जा रहा है जिसमे श्री लालनाथ हिंदू कालेज की सहभागिता अत्यंत प्रशंसनीय है। भविष्य में कालेज को हरियाणा योग आयोग से जोड़ने का आश्वासन दिया। सभी प्रतिभागियों को सम्मानित किया गया। इस मौके पर हिंदू शिक्षण संस्थान के प्रधान राजेश कुमार सहगल आदि मौजूद थे। (वि)

दैनिक जागरण– 09-02-2022

21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का समापन

रोहतक। श्री लालनाथ हिंदू कॉलेज की एनसीसी, एनएसएस एवं वाईआरसी इकाइयों की 21 दिवसीय सूर्य नमस्कार कार्यशाला का मंगलवार को समापन हो गया। मुख्य अतिथि चेयरमैन हरियाणा योग आयोग डॉ. जयदीप आर्य, विशिष्ट अतिथि राजेश कुमार सहगल प्रधान हिंदू शिक्षण संस्थान तथा सुदर्शन कुमार धींगड़ा महासचिव हिंदू शिक्षण संस्थान रहे। एनसीसी ऑफिसर राजेश गहलावत ने कार्यशाला की रूपरेखा बताई। इस दौरान लघु फिल्म दिखाकर अतिथियों को कार्यक्रम से अवगत कराया गया। ब्यूरो

अमर उजाला – 09-02-2022

श्री राजेश सहगल जी, प्रधान, हिन्दू शिक्षण संस्थान, रोहतक - समापन समारोह का शुभारंभ करते हुए

श्री सुदर्शन धींगरा जी, महासचिव, हिन्दू शिक्षण संस्थान, रोहतक - समापन समारोह का शुभारंभ करते हुए

डॉ रश्मि छाबडा, प्राचार्या - समापन समारोह का शुभारंभ करते हुए

श्री राजेश सहगल जी, प्रधान, हिन्दू शिक्षण संस्थान, संबोधित करते हुए

ऑडिटोरियम का दृश्य

प्रतिभागियों को प्रशंसा पत्र एवं स्मृति चिन्ह देते हुए

प्रतिभागियों को प्रशंसा पत्र एवं स्मृति चिन्ह देते हुए

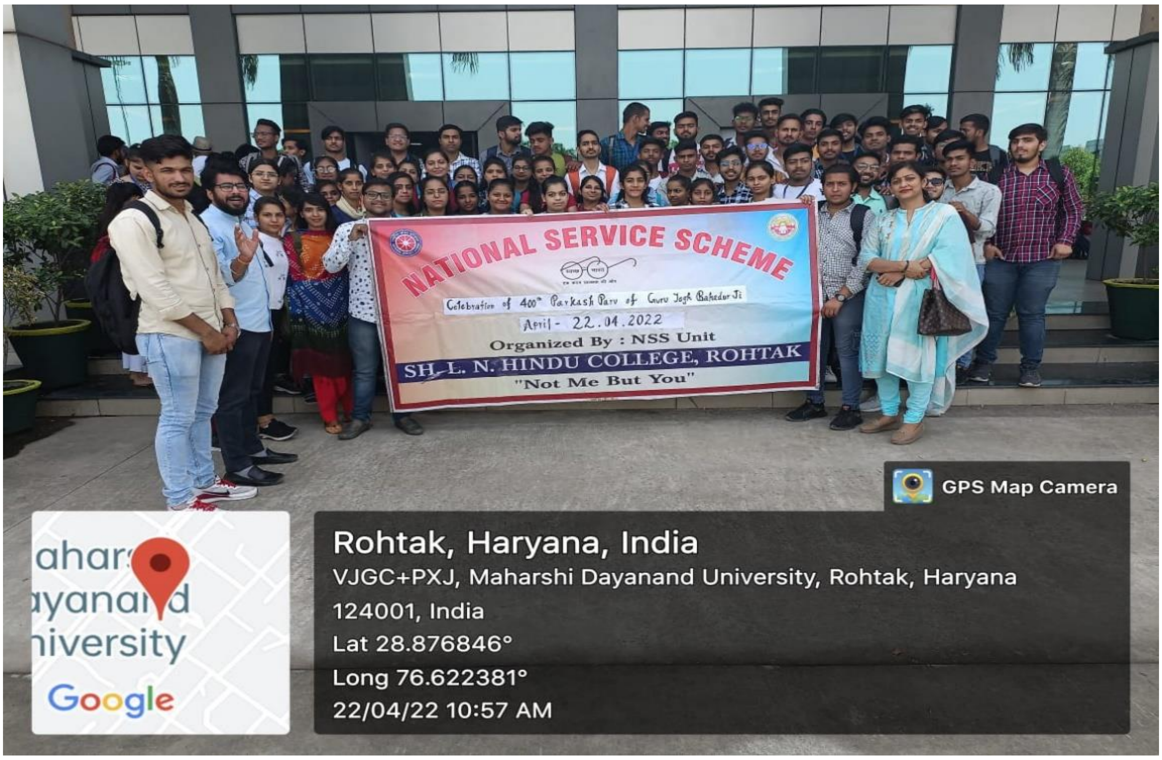
प्रतिभागियों को प्रशंसा पत्र एवं स्मृति चिन्ह देते हुए

विश्वकीर्तिमान में सहभागिता

हरियाणा योग आयोग, हरियाणा सरकार द्वारा चलाये जा रहे 75 करोड़ सूर्य नमस्कार अभियान का विश्विकर्तिमान मानाने जा रहा है जिसमे महाविद्यालये के एन.सी.सी., एन.एस.एस. एवं वाई.आर.सी. के 145 स्वयंसेवकों एवं स्टाफ ने अपना पंजीकरण करवाया है तथा सभी ने अपनी अपनी फोटो भी दिए गए लिंक पर अपलोड की| यह हमारे लिए गर्व की बात है कि महाविध्यालय इस विश्विकर्तिमान में अपनी भागीदारी सुनिश्चित कर रहा है|

7 Days NSS Camp – March 24-30, 2022

One Day Camp in MDU, Rohtak for Celebration of 400th Parkash Parv of Guru Tegh Bahadur Ji – April 22, 2022



One Day First Aid Training Course – May 28, 2022

Sh. L.N. Hindu College Rohtak (Haryana)

Youth Red Cross

YRC, NSS & NCC

in collaboration with

District Red Cross, Rohtak

Organize

One-Day First Aid Training Course

for

Teaching & Non Teaching Staff

Saturday, May 28, 2022

Resource Person

Sh. Ravi Dutt
(District Training Officer)
District Red Cross, Rohtak

Activate Windo
Go to Settings to act