दूरभाष : PBX-2762021, 22, 24
फैक्स नं : 0121-2764777

चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय, मेरठ
Chaudhary Charan Singh University, Meerut

राष्ट्रीय सेवा योजना
NATIONAL SERVICE SCHEME

पत्रांक. 104/02/NSS/821
दिनांक. 17. January.2020

प्राचार्य/प्राचार्या
समस्त महाविद्यालय/संस्थान
राष्ट्रीय सेवा योजना
चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय,
मेरठ ।

विषयः"फिट इंडिया मूवमेन्ट" के अन्तर्गत "फिट इंडिया साइक्लोथॉन" कार्यक्रम आयोजित कराने के सम्बन्ध में।

महोदय,

उपरोक्त विषयक शासन के पत्र संख्या–111/सत्तर–रा0से0यो0को0–2020 दिनांक 10 जनवरी, 2020 के सन्दर्भ ग्रहण करने का कष्ट करें। उक्त के सन्दर्भ में अवगत कराना है कि प्रत्येक महाविद्यालय में 18 जनवरी, 2020 को प्रातः 2–3 किमी0 की साइक्लोथॉन आयोजित करने हेतु निर्देशित किया गया है। संयुक्त सचिव, भारत सरकार द्वारा अपेक्षा की गयी है कि कार्यक्रम से पूर्व फिटनेस की महत्ता को भी रेखांकित किया जाये। शारीरिक कार्यक्रम की महत्ता को बताते हुए सदैव गतिशील रहने को प्रेरित किया जाये । इसके लिये वॉकिंग क्लब, रनिंग कल्ब, योग क्लब आदि स्थापित किये जायें ।

सचिव भारत सरकार द्वारा आवाह्न किया गया कि यदि

"खेड़े रह सकते हैं तो बैठिये मत,
चल सकते हैं तो खड़े मत रहिये,
दौड़ सकते हैं तो चलिये मत"

उपरोक्त को अपनाइये व सपरिवार स्वस्थ रहिये ।

नियमित फिटनेस की गतिविधियों को व्यवहार में लाने की दृष्टि से 20 से 25 जनवरी, 2020 तक प्रतिदिन 30 मिनट से 1 घण्टे तक फिटनेस गतिविधियों यथा साइक्लिंग, योग, प्राणायाम, पी0टी0, एरोबिक्स, दोड़ या सामूहिक नृत्य आदि का आयोजन महाविद्यालय में स्वयंसेवकों की सुविधानुसार किये जाये। मूल मन्त्र है कि **"फिट रहें, स्वस्थ रहें"** । सभी गतिविधियों के दौरान पत्र के साथ संलग्न प्रतीक चिन्ह/लोगो सहित बैनर भी अवश्य लगाये तथा एक्शन फोटोग्राफ कार्यक्रम के उपरान्त विश्वविद्यालय को 12.00 तक उपलब्ध कराना सुनिश्चित करें ।

भवदीय

V. Singh

(डा0 वीरेन्द्र सिंह)
कार्यक्रम समन्वयक,
राष्ट्रीय सेवा योजना

कार्यक्रम समन्वयक
राष्ट्रीय सेवा योजना
चौ0 चरण सिंह विश्वविद्यालय

University

Logo

GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF YOUTH AFFAIRS AND SPORTS

NATIONAL SERVICE SCHEME
UTTAR PRADESH

Venue :
Organised by : (Name of University)