



Nehru Yuva Kendra Sangathan
नेहरु युवा केन्द्र संगठन

Together
Towards Tomorrow...



Progress Report On

FIT INDIA MOVEMENT



NEHRU YUVA KENDRA SANGATHAN
Ministry of Youth Affairs & Sports, Government of India



FIT इंडिया और स्वच्छता का इरादा

***Picking up Litter** is good for country's health.
Jogging is good for your health.*

PLOG with your family, friends and colleagues

A Report on **FIT INDIA MOVEMENT** (15th August, 2020 to 2nd October, 2020)

Implemented by

Nehru Yuva Kendra Sangathan, Department of Youth Affairs

Background

Hon'ble Prime Minister, **Shri Narendra Modi Ji** launched Fit India Campaign on 29th August, 2019 at Indira Gandhi Indoor Stadium, New Delhi. He always stresses upon building a Fitter India, where maintaining Fitness should be the main Mantra of every citizen. Fit India Campaign covers all aspects of fitness and healthy living including physical fitness, mental fitness, healthy lifestyle, healthy eating habits, preventive health care, sustainable and environment family living etc.

In view of the above, Ministry of Youth Affairs & Sports launched **Fit India Movement** across the country. Educational Institutions, NGOs, Panchayats, Youth Clubs, Individuals and Group of People came forward to participate in Fit India Movement so that it can truly become a Mass Movement.

Objectives

The objectives for launching of Nationwide "**Fit India Movement**" are as follows:

- To encourage and promote fitness culture and spirit of sportsmanship among rural youth to adopt fitness it as a way of life.
- To popularize such fitness activities which require minimum infrastructure, equipments and finances
- To propagate the message of healthy body & healthy mind among the youth and village communities of all ages

Programs and Activities Undertaken

Nehru Yuva Kendra Sangathan has been playing vital role to popularize fitness activities through sports and games in rural areas. NYKS undertook Fit India Movement program with active support and participation of National Youth Volunteers, Youth Leaders and members of village based Youth Clubs, Youth Volunteers and village communities across the country. In order to make it a success detailed guidelines and directions were issued to all NYKS field functionaries across the country for implementation of the program in a planned and effective manner. District NYKs created awareness and motivated Youth Club Members to undertake Fitness Activities while following COVID-19 Safety Norms. NYKS undertook following planning, strategy development, awareness creation, motivational campaigns with involvement of its field functionaries and youth volunteers.

1. Launching of Fit India Freedom Run and Fit India Movement (15th August, 2020)

To carry forward this vision, **Shri Kiren Rijiju, Hon'ble Union Minister of State (Independent Charge), Ministry of Youth Affairs and Sports** launched the Fit India Youth Club Scheme under Fit India Mission on 15th August, 2020 through Webcast. The main objective of this programme was to attract the Youth of Rural as well as Urban areas towards Fitness activities and making Fitness a habit for the Youth.

Smt. Usha Sharma, Secretary, Youth Affairs appealed the NYKS field functionaries and volunteers to take up the programme in mission mode approach and encouraged people to adopt fitness as a way of life. Shri Asit Singh, Joint Secretary, Deptt. of Youth Affairs and Director General, NYKS presented PPT on Fit India Freedom Run, Fit India Youth Club Registration and the Action Plan. The programme was viewed by **21,80,700** youth from **96,790** villages.

On 15th August, 2020, itself the Fit India Freedom Run was organized by District Nehru Yuva Kendras during which a total **5,07,560** Youth participated and covered **10,15,120** Kms. distance.

2. Awareness, Motivational and Environment Building Activities

I. Webinars

To begin with, in order to guide, motivate and follow up with field functionaries and members of Youth Clubs, Smt. Usha Sharma, Secretary, Youth Affairs and Shri Asit Singh, Joint Secretary, Department of Youth Affairs and Director General, NYKS chaired 12 Webinar meetings so as to create a youth led mass movement and fitness as a way of life in the country. The same process was followed by field officials at their level so as to cover maximum number of Villages having NYKs Youth Clubs of 623 Districts of all States and UTs in India as well as their Youth Leaders and Volunteers with message and strategy to mobilize youth and village communities to participate in Fit India Freedom Run.

As a part of strategy for maximum outreach, every Youth Volunteer who attended webinars motivated and monitored a minimum of 5 Families in her/his village to undertake Physical Fitness activities at Home. Further, each member from the Youth Clubs further mobilized youth from adopted 5 families by him/her to motivate another 05 persons to undertake Fitness activities. They kept an eye on their daily schedule, motivated to pursue daily fitness regime by undertaking fitness activities.

II. Training of Youth

With the help of Youth Volunteers and Youth Clubs a total of **19,65,700** Youth Volunteers were **trained to take up this program** and further make aware, motivate and involve their peers, families and villagers to participate in Fit India Freedom Run.

III. Adoption of Villages

All National Youth Volunteers (NYVs) were given a target of adopting at least 10 Villages, where they will be creating awareness among Villagers; and our NYVs took this as a challenge and **achieved more than the target by adopting and monitoring 1,56,712 villages** for the implementation of Fit India Movement activities.

IV. Adoption of Families

A total of **37,86,896 Families** were adopted by members of Youth Clubs for undertaking Fitness activities, which were monitored by Youth Clubs on regular basis. Various indoor fitness activities were conducted by the families like Yoga, Dance, Skipping, Stair Climbing.

IV. Popularization and using of Hash tags

As the Millennial are more acquainted with Social Media and now-a-days Social Media is acting as one of the prime mode of communication, particularly during the Pandemic; NYKS envisioned to reach out to maximum Youth possible, using this medium as a tool. With a view to reach out to maximum number of youth and citizens, besides Webinars, WhatsApp Groups, Facebook, Twitter, Websites, and other Social Media Platforms were extensively used along with popularization and using of **Hash tags: #Run4India** and **#NewIndiaFitIndia** at all levels.

A total **67,39,001 impressions** for popularization of #Run4India and # NewIndiaFitIndia were recorded. Youth from various corners of the Country uploaded media (Images and Videos) to the Social Media creating a wave of interest and a sense of competitiveness among the Youth. During this period the Fit India Freedom Run took the shape of a Mass Movement encouraging Sports Persons, Public Representatives, Celebrities and Youth Icons to come out in support of this.

3. Components of Fit India Movement

- a) Launching of Fit India Movement
- b) Fit India Youth Clubs Registration
- c) Implementation of Fit India One Month Action Plan
- d) Celebration of one-year anniversary of Fit India Movement - Fit India Dialogue
- e) Fit India Plogging Run

Detailed guidelines and directions were issued to all NYKS field functionaries across the country for implementation of these programmes in a planned and effective manner. District NYKS created awareness and motivated Youth Club Members to undertake Fitness Activities while following COVID-19 Safety Norms.

a) **Launching of Fit India Movement** (15th August, 2020)

To carry forward this vision, **Shri Kiren Rijju, Hon'ble Union Minister of State (Independent Charge), Ministry of Youth Affairs and Sports** launched the Fit India Youth Club Scheme under Fit India Mission on 15th August, 2020 through Webcast. The main objective of this programme was to attract the Youth of Rural as well as Urban areas towards Fitness activities and making Fitness a habit for the Youth.

Smt. Usha Sharma, Secretary, Youth Affairs appealed the NYKS field functionaries and volunteers to take up the programme in mission mode approach and encouraged people to adopt fitness as a way of life. Shri Asit Singh, Joint Secretary, Deptt. of Youth Affairs and Director General, NYKS presented PPT on Fit India Freedom Run, Fit India Youth Club Registration and the Action Plan. The programme was viewed by **21,80,700 youth** from **96,790 villages**.

b) **Fit India Freedom Run**

District NYKs created awareness and motivated Youth Club Members to Run few Kilometers each day for 47 days (till 2nd October, 2020) and further each Youth Club members to motivate 25-30 young people to run during this period. Youth from all over the Country participated wholeheartedly in the Freedom Run and during the period under report, **96.87 Lakh youth covered a distance of 2.23 Crore Kilometers by running** under this program.

c) **Fit India Youth Clubs Registration**

Detailed guidelines for registration of NYKS Youth Clubs as Fit India Youth Clubs on Fit India Portal were issued to all 623 District Nehru Yuva Kendras. District Youth Coordinators were told that Youth Club should be affiliated with the concerned District Nehru Yuva Kendra. Each member of the Youth Club should made aware of the importance of physical fitness and spend 30 to 60 minutes daily for at least 5 days every week for group physical activities. Each member of the Youth Club should commit to motivate one additional person every month for incorporating physical activity of 30 to 60 minutes in his/her daily routine. The Youth Club should organise or persuade the local body and school for organising one community fitness event every quarter. During the period under report, **49,635 NYKS Youth Clubs** were registered as Fit India Youth Clubs on its website www.fitindia.gov.in

d) **Fit India One Month Action Plan**

As a part of Fit India one month action plan, which includes **Fitness @Home, Fitness with Family and Outdoor Selected activities** while following COVID-19 Safety Norms as well as Registration of Fit India Youth Clubs on website www.fitindia.gov.in were undertaken.

I) Fitness @Home Fitness with Family

District Nehru Yuva Kendras allotted target to each NYKS National Youth Volunteers (NYVs) to monitor 10 villages. Every Youth Volunteer who attended webinars were motivated and monitored a minimum of 5 Families in her/his village to undertake Physical Fitness activities at Home. Further, each member from the Youth Clubs further mobilized youth from adopted 5 families by him/her to motivate another 05 persons to undertake Fitness activities. They kept an eye on their daily schedule, motivated to pursue daily fitness regime by undertaking fitness activities.

During the period under report, **29,76,967 indoor activities** viz. Yoga, Dance, Stretch, Skipping, Exercise, Aerobics, Kite Flying, Stair Case Climbing, Cleaning and other home bound activities which promote fitness were carried out, in which **1,21,97,864 peoples** from all sections of the society took part. 37,86,896 Families were motivated to undertake Fitness activities on daily basis.

II) Selected Outdoors Fitness Events while following COVID-19 Safety Norms

Each of the educated youth and further mobilized youth from adopted 5 families motivated another 05 persons to undertake Fitness activities. They kept an eye on their daily schedule and motivated to pursue daily fitness regime. These programmes were organized individually as well as Group Events following the Social Distancing norms of the Govt. All kind of Fitness activities were encouraged to follow. **5,65,012 Events/Activities** such as Jogging, Solo Run, Walk, Plogging, Cycling, Swimming, Dancing, acrobats, traditional games, limited group physical activities by following safety norms were organized, in which **1,23,40,264 people in general and Youth** in particular participated under outdoor activities.

e) Celebration of one-year anniversary of Fit India Movement (24th September, 2020)

The basic tenet on which the Fit India Movement was envisaged, that of involving citizens to imbibe fun, easy and non-expensive ways in which to remain fit and therefore bring about a behavioural change which makes fitness an imperative part of every Indian's life. In these times of Covid-19, fitness has become an even more important aspect of life and that the dialogue seen a **timely and fruitful conversation on nutrition, wellness and various other aspects on fitness**. There was a call that anyone can join the dialogue on September 24 from 11.30 am onwards.

Fit India Dialogue

Hon'ble Prime Minister, Shri Narendra Modi interacted with fitness experts and influencers from across the country to mark the one-year anniversary of Fit India Movement on 24th September, 2020. He launched the '**Fit India Age Appropriate Fitness Protocols**' during the online Fit India Dialogue.

The Fit India Dialogue is yet another endeavor to involve citizens of the country to draw out a plan to make India a fit nation. The basic tenet on which the Fit India Movement was envisaged was that of involving citizens to imbibe fun, easy and non-expensive ways to remain fit and therefore bring about a behavioural change which makes fitness an imperative part of every Indian's life.

While interacting with the fitness experts, Hon'ble Prime Minister said "I am glad that healthy eating is becoming a part of our way of living. Becoming fit is not as difficult as most think. It just requires a little discipline". We need to inspire one another to stay fit. "Families should play together, stay together," He introduced the nation to his latest slogan: **"Fitness ki dose, aadha ghanta roz,"** for a fit India.

Views of Fitness Influencers

Cricketer Virat Kohli, model, actor and runner Milind Soman, and nutritionist Rujuta Diwekar were among the fitness influencers who participated in the event. Paralympics Javelin gold medalist Devendra Jhajharia and footballer from Jammu and Kashmir Afshan Ashiq were the first ones to speak at the event.

Devendra Jhajharia stressed on the importance of not giving up in the face of hardships and Afshan Ashiq said she ensured her physical fitness by waking up early and working out to become an inspiration for all women of the country. Milind Soman said walking for hundreds of kilometers was not a difficult task if one had the mental strength to do it. Fitness knows no limit. **One does not require a lot of space or a gym to become fit. We can become fit without supplements and energy drinks.**

Nutritionist Rujuta Diwekar said healthy living means sticking to simple, home-made food. "We should not lose health, but weight. We should eat home-made food and avoid packaged food. This is the secret to good health. Swami Shivadhyanam Saraswati, also among the speakers, stressed on the importance of yoga and discipline. He talked about the concept of 'yoga-capsule', which has 'mantra', 'aasan', 'pranayam', 'chitrikaran' and 'dhyaan' as its components.

Cricketer Virat Kohli said his fitness was a priority to him. Even if practice is missed for a day, I make sure I do not skip my fitness session on any day. Bharatiya Shikshan Mandal's Mukul Kanitkar said it is important to keep one's mind, body, and sentiment fit. The whole society needs to develop the culture of fitness, only then will a change be brought about.

The Fit India Dialogue, which saw participation of fitness enthusiasts from all over the country, further strengthened the vision that it is the citizens who are to be credited for the success of the nationwide movement.

A total **25,76,890** NYKS officials, National Youth Volunteers, Youth Leaders, Members of Youth Clubs, COVID volunteers, Ganga Doots and others viewed the Fit India Dialogue.

f) Plogging Run (2nd October - 2 Kms Fit India Plogging Run)

As a part of celebration of Mahatma Gandhi Jayanti and marking the Final day of Fit India Freedom Run, Youth all over India participated in a Mass Plogging Run event. This was an unique initiative envisioned by Hon'ble Minister of State (i/c) for Youth Affairs & Sports Shri Kiren Rijiju Ji, which aimed to aware people on importance of Fitness through Running as well as Cleaning of our environment.

This initiative was met with huge success last year, which was launched by the Hon'ble Minister himself on 2nd October, 2019 on Mahatma Gandhi Jayanti honoring Bapu's dream of Swachh Bharat. Plogging Run was promoted throughout the year by NYKS in various programmes and also included in the Fitness Activities list during its Fit India Movement Campaign. Youth Clubs, Youth Volunteers, NYVs as well as NYKS Officials and other Stakeholders participated in the Plogging Run Event this year and a total of **24,28,963 participants** took part in this programme creating awareness among Citizens on Fitness and Cleanliness.

Total Participation in Fit India Movement :

3.26 Crore citizens from 1.56 Lakh Villages of 623 Districts from all States and UTs of India participated in 36.94 Lakh activities.

State wise achievements pertaining to mentioned activities may be seen at **Annexure – 1**.



Nehru Yuva Kendra Sangathan

Progress Report on

Fit India Youth Clubs Registration & Fit India One Month Action Plan (15th August to 2nd October, 2020),
Celebration of One-Year Anniversary of Fit India Movement (24th September, 2020),

Plog Run (2nd October - 2 Kms Fit India Plog Run)

S No.	Name of the State	Fit India One Month Action Plan				Fit India Dialogue on 24 th Sept., 2020	Plogging Run on 2 nd October, 2020				
		Fit India Youth Clubs Registration		Fitness @ Home- Fitness with Family				Outdoor Activities following COVID 19 Safety Guidelines			
		No. of Youth Clubs	No. of Youth Volunteers trained to implement Fitness Movement activities	No. of Villages Covered	No. of Families adopted by members of Youth Clubs for undertaking Fitness Activities			No. of Activities undertaken	No. of Participation	No. of Activities undertaken	No. of Participation
1	Andhra Pradesh	3968	12000	4020	10000	87540	205319	15000	210000	9118	8922
2	Assam	1198	23357	5000	53000	192627	465228	24500	252934	24177	24844
3	Arunachal Pradesh	575	4000	1020	20000	19280	95000	12000	259000	9145	7758
4	Bihar	2884	97000	6520	72186	135200	1333280	36500	1680000	28910	27958
5	Delhi	751	46000	4000	70974	27500	66676	15205	192000	5937	5247
6	Chhattisgarh	799	50000	3526	35000	87250	164500	25280	394200	18858	9874
7	Gujarat & Daman & Diu	1182	2113	4250	19550	122500	316350	23569	396213	42115	32845
8	Haryana	3718	13708	4526	98000	68250	735500	25968	525831	42647	19847
9	Himachal Pradesh	1158	1648	2530	89705	35555	176966	12860	190252	47278	42887
10	Jharkhand	815	18465	3200	50000	37550	238802	11250	160849	59014	52878
11	Jammu, Kashmir & Ladakh	3504	87244	2112	25000	45650	270000	23520	259043	49332	42114
12	Karnataka	3673	84058	4002	12471	95540	223000	22250	301100	29784	28711

S No.	Name of the State	Fit India Youth Clubs Registration		Fit India One Month Action Plan						Fit India Dialogue on 24th Sept., 2020		Plogging Run on 2nd October, 2020
		No. of Youth Clubs	No. of Youth Volunteers trained to implement Fitness Movement activities	Environment Building			Fitness @ Home- Fitness with Family		Outdoor Activities following COVID 19 Safety Guidelines		No. of NYKS Officials, National Youth Volunteers, members of Youth Clubs, COVID volunteers and others viewed	
				No. of Villages Covered	No. of Families adopted by members of Youth Clubs for undertaking Fitness Activities	No. of Activities undertaken	No. of Participation	No. of Activities undertaken	No. of Participation			
13	Kerala & Lakshadweep	899	80400	3528	21367	192890	617897	20000	407577	28557	11515	
14	Madhya Pradesh	1232	92000	7520	37880	189600	421160	34500	630000	69127	58884	
15	Maharashtra & Goa	4198	85025	5520	14250	153100	426500	10000	165470	73359	52258	
16	Manipur	811	41961	1825	12176	15280	40000	9500	150000	37174	26474	
17	Meghalaya	831	85042	2016	11423	44520	175000	22000	311000	24689	21332	
18	Mizoram	1108	26002	2045	12000	12164	265778	5000	120083	18522	11086	
19	Nagaland	523	25000	1502	10500	18500	89700	6000	167000	22968	19214	
20	Orissa	7898	648407	54250	2318949	88887	3381055	17500	2474995	199104	209475	
21	Punjab & Chandigarh	1138	33742	4520	105000	94650	279523	15240	380965	46208	29696	
22	Rajasthan	1193	98525	3914	120000	277200	430000	35200	585778	63277	47214	
23	Sikkim	538	2500	1102	10041	20520	90768	8500	106500	22969	19520	
24	Tamil Nadu & Pondicherry	1188	1000	4520	90105	185000	335000	35260	600205	58341	48915	
25	Tripura	496	19000	1325	39500	57500	289000	12500	125004	39442	31456	
26	Telangana	537	98166	4032	130000	199900	386542	20000	325348	14245	8284	
27	Uttarakhand	784	21944	2023	16954	98780	174540	17850	178936	19248	8500	
28	Uttar Pradesh	1038	75250	6362	186000	250940	572000	28560	683354	79520	65865	
29	West Bengal & A& N	998	92143	6002	94865	266094	532780	29500	608631	1393825	1455390	
Grand Total		49,635	19,65,700	1,56,712	37,86,896	31,19,967	1,27,97,864	5,75,012	1,28,42,268	25,76,890	24,28,963	

ACTION
PHOTOGRAPHS

Fit India One Month Action Plan

Fitness @ Home - Fitness with Family













Fit India One Month Action Plan

Outdoor Activities following COVID-19 Safety Guidelines













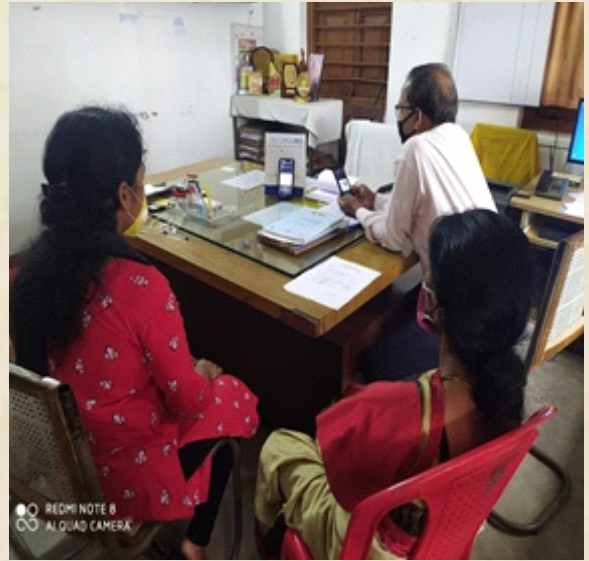






Celebration of One year Anniversary of Fit India Movement - Fit India Dialogue







Fit India Youth Clubs Registration





Plog Run (2nd October - 2Kms Fit India Plog Run)

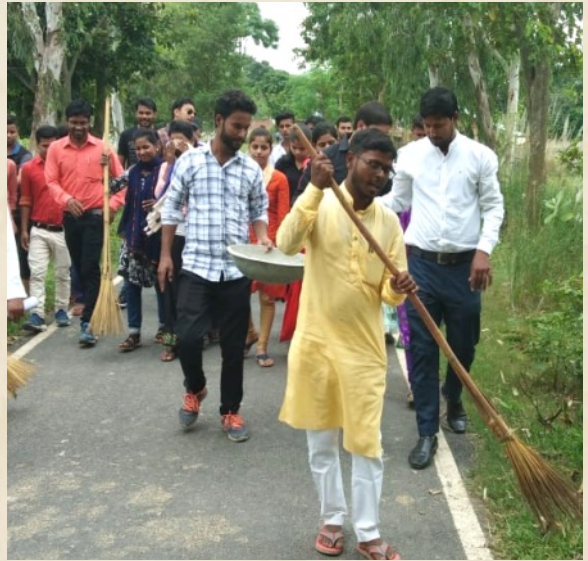














PRESS

CLIPPINGS

गांव-गांव में चल रहा फिट इंडिया फ्रीडम रन कार्यक्रम



भीलवाड़ा। नेहरू युवा केंद्र संगठन युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार की स्वशासी संस्था से जिला युवा समन्वयक सुमित यादव के निर्देशन में जिले के सभी ब्लॉक में नेहरू युवा केंद्र से जुड़े राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक आजकल एक मुहिम चला रहे हैं। जिसके तहत हर गांव में फिट इंडिया यूथ क्लब का निर्माण कर फिट इंडिया फ्रीडम रन कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। इस कार्यक्रम के तहत फिट इंडिया यूथ क्लब द्वारा फिट रहने के लिए विभिन्न गतिविधियां आयोजित की जा रही हैं। ब्लॉक कोर्डिनेटर दिनेश धाकड़ ने बताया कि क्लब द्वारा दौड़, योगा, और खेल-कबड्डी, खो-खो, रस्साकस्सी वॉलीबॉल एवं क्रिकेट आदि खेलों का आयोजन किया जा रहा है। जिला युवा समन्वयक यादव ने सभी युवाओं से अपने-अपने गांव में फिट इंडिया यूथ क्लब की स्थापना करने का आह्वान किया।

से 'गुर्जर प्रतिहार कंश' से 'गुर्जर' के तहसील अध्यक्ष भेरूलाल शर्मा को हटा दिया। इसके विरोध गुर्जर सरपंच, जिला महामंत्री

युवाओं को दौड़ व योग का अभ्यास कराया



काशी। खेराड़ क्षेत्र के गणेशपुर, जगपुरा व लटला में नेहरू युवा केंद्र की ओर से 'फिट इंडिया मूवमेंट' में दौड़ व योग का गुरुवार को अभ्यास कराया गया। सोशल डिस्टेंस का ध्यान रखते हुए 30 युवाओं ने भाग लिया। युवा मंडल के अध्यक्ष ओमप्रकाश धाकड़ ने युवाओं को नियमित योग व दौड़ के लिए प्रेरित किया। जयपुर के एसएमएस अस्पताल के रामदेव धाकड़ ने कोरोनावायरस संक्रमण के बारे में पूरी जानकारी दी। उन्होंने कहा कि हमेशा फिट रहने के लिए एक दिन नहीं बल्कि रोज योग, दौड़ और वर्कआउट करने की जरूरत है। मांडलगढ़ ब्लॉक कोऑर्डिनेटर सांगरलाल धाकड़ ने भी संबोधित किया।

सुटकारा सकते हैं। मले हल रात रहे। हलह के होगी। गी। काम संभव है। हल वनी हता है। गाम नहीं टालें। से जुड़े। लाश रहे क्त देगे। द शारत्री

ह रीटाड़, शारारक एव योग राका विमान का विवादाय कट प्रवीण का विमोचन किया गया।

रन फॉर फिट इंडिया साइकिल रैली



ब्यूरो नवज्योति/ उदयपुर। नेहरू युवा केंद्र उदयपुर की ओर से खेल दिवस के अवसर पर हाकी के जादूगर मेजर ध्यानचंद की याद में रन फॉर फिट इंडिया का आयोजन किया गया। फतहसागर काला किवाड़ से रैली को स्कूल शिक्षा के संयुक्त निदेशक शिवजी गौड व नेहरू युवा केंद्र के उपनिदेशक श्याम सिंह राजपुरोहित ने हरीझण्डी दिखाकर रवाना किया। रैली महाकालेश्वर मंदिर, संजय पार्क, राजीव गांधी पार्क, रानी रोड, नीमच माता मंदिर, देवाली से फतहसागर की पाल होते हुए पुनः प्रारंभ स्थान पर पहुंची। रैली में फिट इंडिया यूथ क्लब के जितेंद्र सिंह, उनकी टीम, एवं लोकसिटी साइकिल क्लब के युवाओं ने बड़ चढ़कर हिस्सा लिया। डिस्ट्रिक्ट ऑर्गनाइजर विनीत दवे, राज्य निदेशक सहायक हिंदुस्तान स्काउट के प्रदीप मेघवाल, जगदीश पुरी गोस्वामी एमटीएस सोरभ सिंह आदि उपस्थित रहे।

गणित थाराक ता किगा ग्तागत

ಮಂಗಳೂರು: ಫಿಟ್ ಇಂಡಿಯಾ ಸೈಕಲ್ ಜಾಥಾ



ಮಂಗಳೂರು, ಸೆ.26: ಫಿಟ್ ಇಂಡಿಯಾದ 1ನೇ ವರ್ಷದ ಭಾಗವಾಗಿ ಇಂದು ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸೈಕಲ್ ಜಾಥಾ ನಡೆಯಿತು.

ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರದ ಯುವ ಕಾರ್ಯ ಹಾಗೂ ಕ್ರೀಡಾ ಸಚಿವಾಲಯ, ನೆಹರು ಯುವ ಕೇಂದ್ರ ಮಂಗಳೂರು ಹಾಗೂ ಮಂಗಳೂರು ಸೈಕಲ್ ಕ್ಲಬ್ ಇದರ ಸಂಯುಕ್ತಾಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ನೆಹರು ಯುವ ಕೇಂದ್ರದ ಬಿಲ್ಲಾ ಸಮರ್ಥಯ ಅಧಿಕಾರಿ ರಘುವೀರ ಸೂಟಲ್ ಪೇಟೆ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿದರು.

ಲಳಕೆ ಮಾತನಾಡಿದ ಅವರು, ಫಿಟ್ ಇಂಡಿಯಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮೂಲಕ ಯುವಕರು, ಯುವತಿಯರು ಹಾಗೂ ಹಿರಿಯರು ನಾಗರಿಕರು ಆರೋಗ್ಯ ಪೂರ್ಣ ಸಮಾಜ ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕೈ ಜೋಡಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಅಸಿಲ್ ಶೇಟ್, ನೆಹರು ಯುವ ಕೇಂದ್ರದ ತಾಲೂಕು ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳಾದ ವಿಹಾಸ್, ಪ್ರೀತೇಶ್ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಜಾಥಾದಲ್ಲಿ ಹೈಟೆನ್ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಯುವಕರು, ಯುವತಿಯರು ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರಾದ ಪಿ.ಎ.ಮುಹಮ್ಮದ್ ಹಾಗೂ ಜೋಸೆಫ್ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

कहा कि अगर सड़क निर्माण कार्य शरीरब जाय करवाने को चाहिए।

फिट इंडिया अभियान से जुड़कर शरीर को बनाएं तन्दुरुस्त : राँकी मेहरा



योग क्लास के दौरान बच्चों को योग करवाते राँकी मेहरा।

नरोट मेहरा/सरन, 19 अगस्त (धावा/सुधकारवा): नेहरू युवा केंद्र युवा मंगलेश एंव खेल मंत्रालय भारत सरकार की ओर से 15 अगस्त से लेकर 2 अक्टूबर तक शुरू किए गए अभियान फिट इंडिया के तहत जिला मुख्यालय-पटानकोट के जिला युव कोऑर्डिनेटर अलका रावत के दिशा-निर्देशों के अनुसार नेहरू युवा केंद्र ब्लॉक पटानकोट व परतोटा की ओर से भी फिट इंडिया अभियान के तहत ब्लॉक पटानकोट और परतोटा में शरीर को फिट रखने वाली शारीरिक खेल-कूद गतिविधियों को एन.आई.डी. राँकी मेहरा की अध्यक्षता में शुरू कर दिया गया है।

● फिट इंडिया अभियान को लेकर शारीरिक खेल-कूद की गतिविधियाँ युवा के बच्चों के शरीर को फिट रखने के लिए प्रेरित किया जाएगा और फिट इंडिया अभियान को सकल बनाए जाएगा। इस अवसर पर राँकी मेहरा, अश्विनी, वरुण, ध्रुव, करणवीर सिंह, चरणवीर सिंह, कुम, जितन, भारतीय, मायव, माधवन, अर्धनन्द, जनीक, गौरव आदि उपस्थित रहे।



योग क्रियाएं करते युवा।

शारीरिक कार्य करने के लिए किया प्रोत्साहित

रोहतक, 17 अगस्त (स.ह.): पहले स्वच्छता, फिर योग और अब फिट इंडिया मूवमेंट भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा शुरू की गई एक पहल है, जिसके अंतर्गत लोगों को अधिक से अधिक शारीरिक कार्य करने के लिए प्रोत्साहित किया गया है ताकि वे अपने स्वास्थ्य को बेहतर बना सकें और एक स्वस्थ देश का निर्माण कर सकें। यह बात योगधार को जिला युवा समन्वयक आशीष मोगवान ने मुख्य योग क्रियाएं करवाते हुए कही। उन्होंने कहा कि आज देश में जीवनशैली से जुड़ी बीमारियाँ जैसे डायबिटीज, हाई बी.पी., बढ़ रही हैं। ये बीमारियाँ जीवनशैली में गड़बड़ी के कारण हो रही हैं। इसे ठीक कर हम इन बीमारियों को ठीक भी कर सकते हैं। कई ऐसी बीमारियाँ हैं, जिसे हम छोटे बदलाव करके दूर कर सकते हैं। ऐसे बदलाव का नाम ही फिट इंडिया मूवमेंट है। उन्होंने कहा कि यह बदलाव केवल भारत में ही नहीं पूरे विश्व में आ रहे हैं।

राजादागांव (दावा)। ग्राम सुरगी में नेहरू युवा केंद्र संगठन के जिला युवा समन्वयक देवेश सिंह के आदेशानुसार और समर्पण युवा संगठन और एकता युवती मण्डल द्वारा ग्राम सुरगी में कोरोना काल में सामाजिक दूरी को पूर्णरूप से बनाते हुवे समाज को स्वतंत्रता सन्देश देते हुए स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण किया गया। फिट इंडिया के तहत दौड़ में युवा-युवती सभी ने भाग लेकर हमेशा फिट रहने का संकल्प लिया। स्वतंत्रता दिवस पर पौधरोपण किया गया। ब्लॉक युवा समन्वयक गोपाल यादव द्वारा स्वतंत्रता दिवस से कोरोना से बचाव विषय पर युवा एवं युवती मंडल के सदस्यों के साथ ग्रामीणों को घर-घर जाकर जानकारी दी गई। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि ग्राम के रिटायर एमटीएस फेरहा राम साहू और लोकू राम साहू उपस्थित थे। समर्पण युवा संगठन के अध्यक्ष राकेश यादव द्वारा युवाओं को हमेशा सभी जनसेवा कार्य में आगे रहने का आह्वान किया। एकता युवती मंडल की अध्यक्ष कु. पूजा यादव द्वारा स्वतंत्रता दिवस पर युवाओं को प्रेरित करने के लिए सुन्दर गीत कदम बढ़ाये जा, के माध्यम से युवाओं में नई ऊर्जा लाने का कार्य किया गया। उपाध्यक्ष दीपक यादव, उपाध्यक्ष गायत्री साहू, आरती साहू, उत्तम सेन, आरती साहू, सुनीता, किरण, ज्योति, अनीता साहू, चिरंजीव यादव, चितेश, दिनेश, सतीश, पारख, महदेव, मेहरा और संगठन के सभी युवा-युवती कार्यक्रम में उपस्थित थे।



राजादागांव (दावा)। ग्राम सुरगी में नेहरू युवा केंद्र संगठन के जिला युवा समन्वयक देवेश सिंह के आदेशानुसार और समर्पण युवा संगठन और एकता युवती मण्डल द्वारा ग्राम सुरगी में कोरोना काल में सामाजिक दूरी को पूर्णरूप से बनाते हुवे समाज को स्वतंत्रता सन्देश देते हुए स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण किया गया। फिट इंडिया के तहत दौड़ में युवा-युवती सभी ने भाग लेकर हमेशा फिट रहने का संकल्प लिया। स्वतंत्रता दिवस पर पौधरोपण किया गया। ब्लॉक युवा समन्वयक गोपाल यादव द्वारा स्वतंत्रता दिवस से कोरोना से बचाव विषय पर युवा एवं युवती मंडल के सदस्यों के साथ ग्रामीणों को घर-घर जाकर जानकारी दी गई। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि ग्राम के रिटायर एमटीएस फेरहा राम साहू और लोकू राम साहू उपस्थित थे। समर्पण युवा संगठन के अध्यक्ष राकेश यादव द्वारा युवाओं को हमेशा सभी जनसेवा कार्य में आगे रहने का आह्वान किया। एकता युवती मंडल की अध्यक्ष कु. पूजा यादव द्वारा स्वतंत्रता दिवस पर युवाओं को प्रेरित करने के लिए सुन्दर गीत कदम बढ़ाये जा, के माध्यम से युवाओं में नई ऊर्जा लाने का कार्य किया गया। उपाध्यक्ष दीपक यादव, उपाध्यक्ष गायत्री साहू, आरती साहू, उत्तम सेन, आरती साहू, सुनीता, किरण, ज्योति, अनीता साहू, चिरंजीव यादव, चितेश, दिनेश, सतीश, पारख, महदेव, मेहरा और संगठन के सभी युवा-युवती कार्यक्रम में उपस्थित थे।

पंजाब केसरी Tue, 18 August 2020 Edition: rohtak kesari Page no. 2

गांव-गांव में चल रहा फिट इंडिया फ्रीडम रन कार्यक्रम का आयोजन



संवाददाता भीलवाड़ा महावीर मीणा

नेहरू युवा केंद्र संगठन युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार की स्वशासी संस्था से जिला युवा समन्वयक सुमित यादव के निर्देशन में ब्लॉक कोऑर्डिनेटर दिनेश कुमार धाकड़ ने बताया कि जिले के सभी ब्लॉक में नेहरू युवा केंद्र से जुड़े राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक आजकल एक मुहिम चला रहे हैं। जिसके तहत हर गांव में फिट इंडिया युव क्लब का निर्माण कर फिट इंडिया फ्रीडम रन कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। इस कार्यक्रम के तहत फिट इंडिया युव क्लब द्वारा फिट रहने के लिए विभिन्न गतिविधियाँ आयोजित की जा रही हैं। क्लब द्वारा दौड़, योग, और खेल-कबड्डी, खो-खो, रस्साकशी वॉलीबॉल एवं क्रिकेट आदि खेलों का आयोजन किया जा रहा है। नेहरू युवा केंद्र भीलवाड़ा के जिला युवा समन्वयक सुमित यादव ने सभी युवाओं से आह्वान किया कि वे अपने गांव में फिट इंडिया युव क्लब की स्थापना करें, एवं शारीरिक गतिविधियों से जुड़े तथा अन्य ग्रामीणों को भी जोड़ने का प्रयास करें, फिट इंडिया फ्रीडम रन के तहत अपनी सुविधा से अपनी गति से किसी भी समय कुछ समय शरीर के विकास हेतु निकलते हुए इस राष्ट्रीय ज्ञान को सार्थक एवं सफल बनाने में सहयोग दें।

आयोजित की जा रही हैं। क्लब द्वारा दौड़, योग, और खेल-कबड्डी, खो-खो, रस्साकशी वॉलीबॉल एवं क्रिकेट आदि खेलों का आयोजन किया जा रहा है। नेहरू युवा केंद्र भीलवाड़ा के जिला युवा समन्वयक सुमित यादव ने सभी युवाओं से आह्वान किया कि वे अपने गांव में फिट इंडिया युव क्लब की स्थापना करें, एवं शारीरिक गतिविधियों से जुड़े तथा अन्य ग्रामीणों को भी जोड़ने का प्रयास करें, फिट इंडिया फ्रीडम रन के तहत अपनी सुविधा से अपनी गति से किसी भी समय कुछ समय शरीर के विकास हेतु निकलते हुए इस राष्ट्रीय ज्ञान को सार्थक एवं सफल बनाने में सहयोग दें।

शारीरिक गतिविधियों के लिए युवाओं ने किया योग

भास्कर संवाददाता सागवाड़ा

नेहरू युवा केंद्र की ओर से फिट इंडिया फिटनेस गतिविधियों के अन्तर्गत युवाओं को रणोली में व्यायाम व अन्य गतिविधियों की जानकारी देकर जागरूक किया। युवा समन्वयक प्रदीप कुमार मीणा के निर्देशन में स्वयंसेवक ललित यादव और अनिल यादव ने युवाओं को रस्सी कुद, वॉलीबॉल, दौड़ आदि खेल से फिटनेस के प्रति सजग रहने और रोज सुबह योग प्राणायाम करने के लिए प्रेरित किया।



सागवाड़ा. प्राणायाम करते युवा।

सीकर भास्कर

'में फीट तो इंडिया फीट' के तहत प्रतियोगिताएं हुईं



सीकर | नेहरू युवा केंद्र द्वारा धोद ब्लॉक के विभिन्न ग्रामीण क्षेत्रों में युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय के फीट इंडिया मूवमेंट के तहत कई कार्यक्रम हुए। ब्लॉक कोऑर्डिनेटर चंद्रभान सिंह अनोखू और रामचंद्र खीचड़ ने बताया कि अभियान के तहत जिला युवा समन्वयक तरुण जोशी के नेतृत्व में सम्पूर्ण जिले में युवा मण्डल के सदस्यों के सहयोग से फ्रीडम रन, रस्सी कूद और विभिन्न खेलों के माध्यम से खुद फीट रहने के साथ साथ दूसरों को भी फीट रहने के लिए प्रेरित कर रहे हैं। गुरुवार को ब्लॉक के बिंजासी गांव में युवाओं द्वारा वॉलीबॉल, कबड्डी सहित कई खेल प्रतियोगिताएं हुईं। इस दौरान पंचायत सहायक श्रवण सिंह, प्रताप सिंह, जसवंत सिंह, ओम सिंह, नरेंद्र, कुलदीप, सत्यवीर, बलवीर आदि का सहयोग रहा।

जुड़ेंगे 200 युवा मंडल

इंगरपुर @ पत्रिका. नेहरु युवा केन्द्र के युवा मंडलों की ओर से चल रहे फिट इंडिया अभियान के तहत लोगों को फिटनेस का महत्व बताते हुए जोड़ा जा रहा है। स्वयंसेवक वॉलीबॉल, फुटबॉल, रनिंग जैसी गतिविधियां आयोजित करवा रहे हैं। जिला युवा अधिकारी प्रदीप कुमार मीणा ने बताया कि सजग युवा मंडलों को फिट इंडिया यूथ क्लब के नाम से पंजीकृत किया जाएगा। ये मंडल नेहरु युवा केंद्र के स्वयंसेवकों की सहायता से पंजीकरण कर फिट इंडिया सर्टिफिकेट प्राप्त कर सकते हैं।

दैनिक नवज्योति पत्रिका बूंदी

कोटा, बुधवार, 26 अगस्त, 2020

25 अगस्त, 2020

गांवों में भी होगी फिट इंडिया यूथ क्लब की स्थापना

न्यूज सर्विस/नवज्योति, बूंदी।

केंद्र सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय द्वारा स्वास्थ्य एवं सक्रिय जीवन शैली को बढ़ावा देने के लिए प्रत्येक गांव में फिट इंडिया यूथ क्लब की स्थापना की जाएगी। प्रधानमंत्री द्वारा फिट इंडिया मूवमेंट का शुभारंभ किया गया था।

नेहरु युवा केंद्र बूंदी जिला युवा समन्वयक कशिश जेटवानी ने बताया कि फिटनेस गतिविधियों के अंतर्गत युवाओं को कोई भी शारीरिक गतिविधियां जैसे दौड़, योग, मेराथन, नृत्य, खेल आदि अन्य परंपरागत शारीरिक व्यायाम को नियमित रूप से अपना सकेंगे। कार्यक्रम के क्रियान्वयन के लिए जिले के प्रत्येक ब्लॉक में मंत्रालय द्वारा नियुक्त राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक प्रत्येक गांव में सक्रिय युवाओं को खेल और फिटनेस से जोड़ेंगे। यूथ क्लब अपना पंजीकरण नेहरु युवा केंद्र बूंदी के माध्यम से अथवा पोर्टल पर कर सकते हैं।

फिट इंडिया से जुड़ेंगे 120 नवयुवक मंडल

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
rajasthanpatrika.com

बूंदी. केंद्र सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय की ओर से स्वास्थ्य एवं सक्रिय जीवन शैली को बढ़ावा देने के लिए प्रत्येक गांव में फिट इंडिया यूथ क्लब की स्थापना की जाएगी।

नेहरु युवा केंद्र बूंदी के जिला युवा समन्वयक कशिश जेटवानी ने बताया कि फिटनेस गतिविधियों के तहत युवा दौड़, योग, मेराथन, नृत्य, खेल या कोई अन्य परंपरागत शारीरिक व्यायाम को नियमित रूप से अपना सकेंगे। कार्यक्रम के रियान्वन के लिए जिले के प्रत्येक ब्लॉक में मंत्रालय की ओर से नियुक्त राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक प्रत्येक गांव में सक्रिय युवाओं को खेल और फिटनेस से जोड़ेंगे।

రాంపూర్ లో ఫిట్ ఇండియా ఫ్రీడమ్ రన్ సవతలంగాణ -సర్పాపూర్ (జి)

మండలంలోని రాంపూర్ గ్రామంలో శనివారం నెహ్రూ యువకేంద్రం మండల వాలంటీర్ సడిపోల్ల ప్రవీణ్ అధ్యక్షులలో ఫిట్ ఇండియా - ఫ్రీడమ్ రన్ (ఆగస్టు 15 నుంచి అక్టోబర్ 02 వరకు) కార్యక్రమంలో భాగంగా నిర్వహించారు. రన్ లో యువకులు పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో ప్రశాంత్, వృషీ, యాదవ్, సరేశ్, హరీష్, వినోద్, అరవింద్, గాడి హరీష్, విఘ్నేష్, రాఘవ, శివ, శరత్, సాత్విక్ రెడ్డి, అజయ్ పాల్గొన్నారు.

नेहरु युवा केंद्र फिट इंडिया मूवमेंट के प्रति लोगों को करेगा जागरूक
रोहतक। नेहरु युवा केंद्र ने पीएम नरेंद्र मोदी के फिट इंडिया मूवमेंट को लेकर जागरूकता अभियान चलाने का फैसला किया है। ताकि लोगों की सेहत में सुधार किया जा सके। केंद्र के जिला समन्वयक आशीष सांगवान ने कहा कि पहले स्वच्छता, फिर योग और अब फिट इंडिया पीएम की ऐसी पहल है, जिसमें लोगों को ज्यादा से ज्यादा शारीरिक कार्य करने के लिए प्रोत्साहित किया जाएगा। आज देश में जीवनशैली से जुड़ी बीमारियां डायबिटीज, हाई बीपी बढ़ रही हैं। जीवनशैली को ठीक कर हम इन बीमारियों को ठीक कर सकते हैं। छोटे बदलाव से ही कई बीमारियां दूर हो सकती हैं, ऐसे ही बदलाव का नाम फिट इंडिया है। दादी पिलासन युवा संस्था के संचालक सचिन बखेता ने कहा कि कुछ दशक पहले सामान्य व्यक्ति भी दिन में 8-10 किलोमीटर पैदल चलता था। तकनीक, आधुनिक साधन आने के बाद पैदल चलना, मेहनत करना कम हो गया। लोगों को इसी बारे में जागरूक किया जाएगा।

राष्ट्रीय खबर
हमारी नज़र

8/

फिट इंडिया यूथ क्लब कार्यक्रम के तहत पाल्हे कला में चलाया गया जागरूकता अभियान

संकायदत्ता

श्री बंशीधर नगर : नेहरु युवा केंद्र गढ़वा के द्वारा केंद्र के जिला युवा समन्वयक मोहसिन हाशमी के निर्देशानुसार प्रखंड के राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक अर्धपंक कुमार चौबे के द्वारा फिट इंडिया यूथ क्लब कार्यक्रम के तहत पाल्हे कला में लोगों को खेल, योगाभ्यास, व्यायाम, दौड़ एवं सर्टिफिकेट के लिये जागरूक किया गया। उन्होंने कहा कि स्वस्थ जीवन के लिये एकमात्र विकल्प स्वास्थ्य ही है। आपका स्वास्थ्य अच्छा नहीं होगा तो आप स्वस्थ जीवन की कल्पना भी नहीं कर सकते। उन्होंने कहा कि समय रहते इसके महत्व को समझना बुद्धिमानो है। लेकिन काफी सख्ता में ऐसे लोग हैं, जो स्वास्थ्य को लेकर जागरूक नहीं हैं। रोजाना की भाग-दौड़ में लोग हमम कार्य तो करते हैं। लेकिन सबसे जरूरी स्वास्थ्य के प्रति वे लापरवाह होते हैं। हर व्यक्ति को फिटनेस के प्रति जागरूक रखने के उद्देश्य से ही यह अभियान चलाया जा रहा है।



श्री चौबे ने कहा कि आधुनिकता की आंधी में लोग शारीरिक श्रम के प्रति उदासीन होते जा रहे हैं। इसके कारण तरह-तरह की बीमारियों से ग्रसित हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि यूरोप के लोग हमसे कहीं ज्यादा आधुनिक हैं। हमसे कहीं ज्यादा ज्यादा तेज रफ्तार जीवन जीते हैं। लेकिन वे अपने स्वास्थ्य और शरीर के फिटनेस के प्रति जागरूक हैं। इसलिए अपेक्षाकृत स्वस्थ रहते हैं। हमारे देश में बीमारियों का प्रकोप अन्य देशों से ज्यादा है। हमें इससे छुटकारा पाना होगा और इसके लिये नियमित रूप से प्रतिदिन आधा घंटा भी अगर समय दिया जाय तो बहुत ही शारीरिक समस्याओं का समाधान हो सकता है। उन्होंने कहा कि समाज में फिटनेस कल्चर विकसित किया जाना भी जरूरी है।

पत्रिका बूंदी

24 अगस्त, 2020

फिट इंडिया के तहत युवाओं को किया जागरूक



बूंदी में फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवाओं को जागरूक करती बूंदी नेहरु युवा केंद्र की सदस्य।

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
राजस्थानपत्रिका.कॉम

बूंदी. युवा कार्यक्रम के तहत नेहरु युवा केंद्र के तत्वावधान में बूंदी ब्लॉक की सदस्य निरिंदा सिंह की अध्यक्षता में युवाओं को खेलों के प्रति जागरूक करने के लिए नेहरु युवा केंद्र की ओर से विभिन्न प्रतिस्पर्धाओं का आयोजन किया जा रहा है।

नेहरु युवा केंद्र बोरखरी द्वारा बख्शी, बोर चौद, चौद, साकंदरिया प्रतिस्पर्धा का आयोजन राजस्थान राज्य स्तरीय स्पर्धाकारक शीप मेधापत्र में बताया कि नेहरु युवा केंद्र बोरखरी मंडली द्वारा राष्ट्रीय अंशक के विभिन्न क्षेत्रों में प्रथम युवाओं को खेलों के प्रति जागरूक करने के लिए नेहरु युवा केंद्र की ओर से विभिन्न प्रतिस्पर्धाओं का आयोजन किया जा रहा है।

नेहरु युवा केंद्र बोरखरी द्वारा बख्शी, बोर चौद, चौद, साकंदरिया प्रतिस्पर्धा का आयोजन राजस्थान राज्य स्तरीय स्पर्धाकारक शीप मेधापत्र में बताया कि नेहरु युवा केंद्र बोरखरी मंडली द्वारा राष्ट्रीय अंशक के विभिन्न क्षेत्रों में प्रथम युवाओं को खेलों के प्रति जागरूक करने के लिए नेहरु युवा केंद्र की ओर से विभिन्न प्रतिस्पर्धाओं का आयोजन किया जा रहा है।

नेहरु युवा केंद्र बोरखरी द्वारा बख्शी, बोर चौद, चौद, साकंदरिया प्रतिस्पर्धा का आयोजन राजस्थान राज्य स्तरीय स्पर्धाकारक शीप मेधापत्र में बताया कि नेहरु युवा केंद्र बोरखरी मंडली द्वारा राष्ट्रीय अंशक के विभिन्न क्षेत्रों में प्रथम युवाओं को खेलों के प्रति जागरूक करने के लिए नेहरु युवा केंद्र की ओर से विभिन्न प्रतिस्पर्धाओं का आयोजन किया जा रहा है।

नेहरू युवा केंद्र ने मनायी गांधी जयंती



प्रतिनिधि, हरिहरगंज

नेहरू युवा केंद्र पलामू की ओर से सतगाँव गांव स्थित आंगनबाड़ी केंद्र संख्या दे में गांधी जयंती मनायी गयी। इस मौके पर राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक पूजा सिंह व बबलू यादव ने गांधी जी की तस्वीर पर पुष्पांजलि अर्पण कर नमन किया। जबकि तेजस्विनी कलाव सतगाँव

के कलक्टर कोऑर्डिनेटर हेतु कुमारी, एफसी मुकेश कुमार, युवा उन्नयक अंजु देवी व सुपन कुमारी कलाव के दर्जनी युवा-युवती भी शामिल हुए, मौके पर स्वयंसेवक पूजा सिंह ने कहा कि महात्मा गांधी ने देश को आजादी में योगदान देने के अलावा देश को स्वच्छ रखने का अभियान भी चलाया था, उनके बलावे मार्ग पर चलने के लिए लोगों को प्रेरित

किया, इस दौरान नेहरू युवा केंद्र ने फिट इंडिया कैम्पेन कार्यक्रम के तहत प्लागिंग रन का आयोजन किया, इसमें आर्वन कुमार को प्रथम, मयंक कुमार को द्वितीय, गोलू कुमार को तृतीय व प्रिंस कुमार को चतुर्थ स्थान प्राप्त हुआ उक्त सभी युवा मंडल सदस्य को प्रसूत किया गया, इस दौरान लीडर अरुणसना, रिया कुमारी सहित कई लोग मौजूद थे,

फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवा मंडल के युवाओं ने लगाई दौड़, किया योगाभ्यास



अनुभव शुक्ला, तहसील संवाददाता, आज का कानपुर। बहराईच(शंकरपुर)- नेहरू युवा केंद्र बहराईच की जिला

समन्वयक सुश्री अनन्या सिंह के मार्गदर्शन में आदर्श युवा मंडल शंकरपुर द्वारा फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवाओं ने दौड़ लगाते

में वैश्विक महामारी कोविड 19 से कैसे बचा जाए और योग करने से होने वाले अनेकानेक लाभ के बारे में युवाओं को जानकारी दी इस दौरान विकासखंड नवाबगंज स्वयं सेवक कन्हैया मिश्रा, अरुण मिश्रा, अखिलेश मिश्रा, ज्ञानेश मिश्रा, दीपेंद्र मिश्रा, अनूप मिश्रा, कोयलू मिश्रा, दिनकर मिश्रा, लवकुश मिश्रा, बिपिन मिश्रा, आदर्श कुमार मिश्रा, अंश मिश्रा व अन्य युवा साथी उपस्थित रहे व योग किया।

aper.prabhatkhabar.com

युवाओं का फिट रहन क बताए टिप्स नेहरू युवा केंद्र की ओर से फिट इंडिया कार्यक्रम का आयोजन

संवाद न्यूज एजेंसी

नानपारा। नगर के कायस्थ टोला में नेहरू युवा केंद्र की ओर से फिट इंडिया कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें युवाओं को गोष्ठी के द्वारा फिट रहने के टिप्स सुनाए गए। इसके साथ ही फिटनेस से शरीर को होने वाले लाभ के बारे में भी बताया गया। युवाओं को मार्गिंग वाक करने के साथ खेलने की सलाह दी गयी।

नानपारा नगर के कायस्थ टोला में ग्राम बलहा के सुंदर युवा मंडल की ओर से फिट इंडिया कार्यक्रम का आयोजन किया गया। देश के युवा लोगों को स्वस्थ व पूर्णतया फिट करने के लिए नेहरू युवा केंद्र की ओर से गोष्ठी का आयोजन किया गया। जिला समन्वयक अनन्या सिंह ने बताया कि बलहा ब्लॉक के समन्वयक सुधाकर श्रीवास्तव ने उपस्थित बालक व बालिका मंडल को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि युवाओं को फिट रहने के लिए प्रतिदिन



नानपारा नगर के कायस्थ टोला में गुरुवार को आयोजित फिट इंडिया गोष्ठी में मौजूद युवा।

योग व विभिन्न प्रकार के व्यायाम करना चाहिए। साथ ही अपनी रूचि के अनुसार खेल भी दिनचर्या में शामिल करें। फिट रहने से शरीर फुर्तीला रहेगा। गोष्ठी में विभिन्न प्रकार के योग भी बताया गए। इस दौरान सूरज, शान्तनु हर्ष व निदा समेत अन्य मौजूद रहे।

फिट इंडिया के तहत जासासर में हुई मैराथन दौड़, सफाई अभियान चलाया

चुरू | नेहरू युवा केंद्र के सानिध्य में फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत गुरुवार को गांव जासासर में युवा मंडल की ओर से मैराथन दौड़ व गांधी जयंती की पूर्व संध्या पर सफाई अभियान चलाया गया। नेहरू युवा केंद्र जिला समन्वयक मंगल जाखड़ ने बताया युवा एवं खेल मंत्रालय की ओर से पूरे देश में फिट इंडिया के तहत कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। इसके तहत नेहरू युवा केंद्र चुरू के मंडलों की ओर से मैराथन दौड़, कबड्डी, सफाई अभियान आदि गतिविधियों का आयोजन किया जा रहा है। एनवाईवी नीरज जांगिड़ ने बताया जासासर युवा मंडल की ओर से सार्वजनिक स्थानों पर श्रमदान कर सफाई की। इस मौके पर जासासर मंडल अध्यक्ष विजय कुमार, सतीश कुमार, लोकेश सैनी, ताराचंद, विष्णु प्रजापत, राधेश्याम, शिवदत्त प्रसाद, घनश्यामदास व गुलाबचंद आदि उपस्थित थे।

नेहरू युवा केन्द्र दमण ने किया फिट इंडिया प्लागिंग रन का आयोजन

असली आजादी न्यूज नेटवर्क, दमण 2 अक्टूबर। भारत सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय की स्वायत्तशासी संस्था नेहरू युवा केंद्र दमण ने शुक्रवार को गांधी जयन्ती मनायी। इस अवसर पर गांधीजी के जीवन पर आधारित प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता और फिट इंडिया प्लागिंग रन का आयोजन किया। देश भर में चल रहे फिट इंडिया अभियान के अंतर्गत प्लागिंग रन के माध्यम से प्रतिभागियों ने लोगों को अच्छे स्वास्थ्य के लिए जागरूक किया गया। साथ ही महात्मा गांधीजी के जीवन और मूल्यों पर आधारित एक प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का



आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में अच्छा प्रदर्शन करने वाले प्रतिभागियों को नुमा इंडिया यूथ टीम द्वारा पुरस्कार

प्रदान किया गया। इस कार्यक्रम के दौरान आकाश, अर्जुन, स्नेहा, हर्षिल, हितेन, प्राची आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम के

आयोजन में नेहरू युवा केंद्र के राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक अंजली, दिव्या और मिलन की महत्वपूर्ण भूमिका रही।



स्वस्थ शरीर के लिए स्वच्छता जरूरी



कार्यक्रम में भाग लेते लोग.

- इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन किया गया

श्री बंशीधर नगर. नगर पंचायत श्री बंशीधर नगर व नेहरू युवा केंद्र गढ़वा के संयुक्त तत्वावधान में शुक्रवार को राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की जयंती पर अनुमंडल मैदान में फिट इंडिया मूवमेंट अभियान के तहत फिट इंडिया फ्रीडम रन व प्लॉगिंग रन का आयोजन किया गया. इस अवसर पर उपस्थित लोगों को जागरूक करते हुए नगर प्रबंधक रवि कुमार ने कहा कि इस अभियान के तहत स्वस्थ तथा स्वच्छता दोनों कार्य हो जाते हैं. प्लॉगिंग द्वारा लोग फिट भी रह सकते हैं और साथ में शहर को स्वच्छ भी रख सकते हैं. फिट इंडिया प्लॉग रन भी फिट इंडिया मूवमेंट का हिस्सा है. इस दौरान उन्होंने लोगों को साफ रखने

की अपील किया. इस मौके पर नेहरू युवा केंद्र गढ़वा के राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक अभिषेक कुमार चौबे ने कहा कि साफ-सफाई कर्मचारियों की ही जिम्मेदारी है. नेहरू युवा ग्रामीण स्तर पर युवा सहयोग से लोगों को स्वजागरूक किया जा : अवसर पर जितेंद्र वि सिंह युवा मंडल के अ कुमार स्वामी, विवेकानंद कुमार गोस्वामी, गोस्वामी, अभिषेक गोस्वामी, सत्य राकेश कुमार, सुरज कुमार, सुधीर कुमार गोस्वामी, अभय गोस्वामी आदि उपस्थित थे

फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवा मंडल के युवाओं ने लगाई दौड़, किया योगाभ्यास।

परिधि समाचार ब्यूरो रिपोर्ट
बहराइच (शंकरपुर) - नेहरू युवा केंद्र बहराइच की जिला समन्वयक सुश्री अनन्या सिंह के मार्गदर्शन में आदर्श युवा मंडल शंकरपुर द्वारा फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवाओं ने दौड़ लगाने के साथ साथ योग भी किया प्रशिक्षक आदर्श मिश्रा ने सभी युवाओं को योगभ्यास के साथ ही साथ बदलते मौसम में वैश्विक महामारी कोविड 19 से कैसे



बचा जाए और योग करने से होने वाले अनेकानेक लाभ के बारे में युवाओं को जानकारी दी इस दौरान विकासखंड नवावर्गज स्वयं सेवक कन्हैया मिश्रा, अरुण मिश्रा, अखिलेश मिश्रा, ज्ञानेश मिश्रा, दीपेंद्र मिश्रा, अनूप मिश्रा, कोयलू मिश्रा, दिनकर मिश्रा, लवकुश मिश्रा, विपिन मिश्रा, आदर्श कुमार मिश्रा, अंश मिश्रा व अन्य युवा साथी उपस्थित रहे व योग किया।



4/12

फिट इंडिया कार्यक्रम का आयोजन

फिट इंडिया फ्रीडम रन व प्लॉगिंग रन का आयोजन

श्री बंशीधर नगर। नगर पंचायत श्री बंशीधर नगर व युवा कार्यक्रम व खेल मंत्रालय भारत सरकार की स्वातंत्र्यशासी संस्था नेहरू युवा केंद्र गढ़वा के संयुक्त तत्वाधान में शुक्रवार को राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की 151वीं जयंती के अवसर पर अनुमंडल मैदान में फिट इंडिया मूवमेंट अभियान के तहत फिट इंडिया फ्रीडम रन व प्लॉगिंग रन का आयोजन किया गया। इस अवसर पर उपस्थित लोगों को जागरूक करते हुए नगर प्रबंधक रवि कुमार ने कहा कि इस अभियान के तहत 'स्वस्थ' तथा 'स्वच्छता' दोनों कार्य हो जाते हैं। प्लॉगिंग द्वारा लोग फिट भी रह सकते हैं और साथ में शहर को स्वच्छ भी रख सकते हैं। नेहरू युवा केंद्र स्वयंसेवक अभिषेक कुमार चौबे ने कहा कि साफ-सफाई केवल सफाई कर्मचारियों की ही जिम्मेदारी नहीं है। यह हम सभी नागरिकों की जिम्मेदारी है कि हम अपने शहर और गांव को साफ और सुरक्षित रखें। उन्होंने कहा कि महात्मा गांधी जी की जयंती पर प्रगति किशोर युवा मंडल जंगीपुर, अंश युवा मंडल गरवांध, स्वामी विवेकानंद महिला मंडल पुरेनी सहित प्रखंड के सभी युवा मंडलों द्वारा अपने-अपने क्षेत्र में लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक करते हुए साफ-सफाई की है। इस अवसर प्रगति किशोर युवा मंडल के विवेकानंद विश्वकर्मा, उज्जवल विश्वकर्मा, भारती रंजन, अरुण कुमार, जितेंद्र विद्यार्थी, भगत सिंह युवा मंडल के अध्यक्ष गोविंद कुमार स्वामी, विवेकानंद युवा मंडल के सचिव ऋषभ कुमार, पवन कुमार गोस्वामी, अभिषेक गोस्वामी, सुमित कुमार गोस्वामी, सत्यम विश्वास, राकेश कुमार, सुरज कुमार, नीरज कुमार, सुधीर कुमार, विशाल गोस्वामी, अभय गोस्वामी, रिशु कुमार सहित युवा मंडल के अन्य सदस्य उपस्थित थे।

रमकंडा. नेहरू युवा केंद्र रमकंडा इकाई के तत्वावधान में शुक्रवार को राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की जयंती पर सबाने गांव में फिट इंडिया मूवमेंट अभियान के तहत फिट इंडिया फ्रीडम रन व प्लॉगिंग रन कार्यक्रम आयोजन किया गया. इस दौरान युवाओं को संबोधित करते हुए राष्ट्रीय सेवाकर्मी राकेश तिवारी ने कहा कि इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य यह है की युवाओं में फिटनेस को लेकर जागरूकता फैलाना है, ताकि युवा अपने शरीर को फिट रखकर शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ रह सकें. वहीं प्लॉगिंग रन एक अनेखी दौड़ है, इसमें लोग दौड़ते हुए अपने चारों ओर से प्लास्टिक और अन्य कचरे को उठावेंगे, ताकि गांव-शहर सहित सभी स्थानों पर स्वच्छता भी बनी रहे. उन्होंने कहा कि नेहरू युवा केंद्र संगठन की ओर से प्रत्येक गांव स्तर पर युवा मंडलों के सहयोग से लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक किया जा रहा है. मौके पर क्लब के अध्यक्ष सोबन मुंडू, सुनील मुंडरी, बलेश मुंडा, बलवंत सिंह, इंद्रदेव भुइयां, कामेश्वर सिंह, अभिषेक कुमार, कौलेशर सिंह सहित अन्य लोग उपस्थित थे.

युवा क्लब ने गांधी जी की जयंती मनायी

गुमला. नेहरू युवा केंद्र के तत्वावधान में स्वामी विवेकानंद युवा क्लब लक्ष्मण नगर गुमला ने इंडोर स्टेडियम में महात्मा गांधी की जयंती पर उनकी प्रतिमा की साफ-सफाई कर माल्यार्पण किया. मौके पर दीपक साहू, मधु कुमारी, लालदेव साहू, अनिल साहू, नेहा कुजूर, पूजा कुमारी, काजल कुमारी, पूर्णिमा कुमारी, प्रतीक कुमार, रिक्म कुमारी मौजूद थे.

फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवा मंडल के युवाओं ने लगाई दौड़

पयागपुर-बहराइच- नेहरू युवा केंद्र बहराइच की जिला समन्वयक सुश्री अनन्या सिंह के मार्गदर्शन में आदर्श युवा मंडल शंकरपुर द्वारा फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवाओं ने दौड़ लगाने के साथ साथ योग भी किया प्रशिक्षक आदर्श मिश्रा ने सभी युवाओं को योगभ्यास कराने के साथ ही साथ बदलते मौसम में वैश्विक महामारी कोविड 19 से कैसे बचा जाए और योग करने से होने वाले अनेकानेक लाभ के बारे में युवाओं को जानकारी दी इस दौरान विकासखंड नवावर्गज स्वयं सेवक कन्हैया मिश्रा, अरुण मिश्रा, अखिलेश मिश्रा, ज्ञानेश मिश्रा, दीपेंद्र मिश्रा, अनूप मिश्रा, कोयलू मिश्रा, दिनकर मिश्रा, लवकुश मिश्रा, विपिन मिश्रा, आदर्श कुमार मिश्रा, अंश मिश्रा व अन्य युवा साथी उपस्थित रहे व योग किया।

आयोजन नगर पंचायत एवं नेहरू युवा केंद्र के संयुक्त तत्वावधान में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की 151 वीं मनायी जयंती गांधी जयंती पर फिट इंडिया फ्रीडम रन व प्लॉगिंग रन आयोजित

► फिट इंडिया प्लॉग रन की फिट इंडिया मूवमेंट का हिस्सा है

► नागरिकों की जिम्मेदारी है कि हम अपने शहर और गांव को साफ और सुरक्षित रखें

श्री बंशीधर नगर : श्री बंशीधर नगर पंचायत एवं नेहरू युवा केंद्र के संयुक्त तत्वावधान में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की 151 वीं जयंती के अवसर पर अनुमंडल मैदान में फिट इंडिया मूवमेंट अभियान के तहत फिट इंडिया फ्रीडम रन एवं प्लॉगिंग रन का आयोजन किया गया। इस मौके पर नगर प्रबंधक चौबे ने कहा कि साफ-सफाई कर्मचारियों की ही जिम्मेदारी नहीं है। यह हम सभी नागरिकों की जिम्मेदारी है कि हम अपने शहर और गांव को साफ और सुरक्षित रखें। उन्होंने कहा कि नेहरू युवा केंद्र के सहयोग से लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक किया जा रहा है।



फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत स्वस्थ तथा स्वच्छता दोनों कार्य हो जाते हैं। प्लॉगिंग के द्वारा लोग फिट भी रह सकते हैं और साथ में शहर को स्वच्छ भी रख सकते हैं।

जिसमें फिट स्वस्थ भारत मिशन पूर्णतः सफल हो सके। उन्होंने बताया कि महात्मा गांधी जी की जयंती के मौके पर अंश युवा मंडल गरवांध, स्वामी विवेकानंद महिला मंडल पुरेनी सहित प्रखंड के सभी युवा मंडलों के द्वारा अपने अपने क्षेत्र में लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक करते हुए साफ सफाई किया गया। कार्यक्रम में युवा समाजसेवी जितेंद्र विद्यार्थी, भगत सिंह युवा मंडल के अध्यक्ष गोविंद कुमार स्वामी, विवेकानंद युवा मंडल के सचिव ऋषभ कुमार, पवन कुमार गोस्वामी, अभिषेक गोस्वामी, सुमित कुमार गोस्वामी, सत्यम विश्वास, राकेश कुमार, सुरज कुमार, नीरज कुमार, सुधीर कुमार, विशाल गोस्वामी, अभय गोस्वामी, रिशु कुमार सहित युवा मंडल के सदस्य मौजूद थे।



Lace up your
RUNNING SHOES
and turn your jogs into
PLOGS!

Be good to your **BODY** and
ENVIRONMENT, go on a **PLOG RUN**.



Nehru Yuva Kendra Sangathan

Ministry of Youth Affairs & Sports, Government of India

Ground Floor, 4 Jeevan Deep Building, Sansad Marg, New Delhi-110001

Phone: 011-23442800, Website: www.nyks.nic.in