



Nehru Yuva Kendra Sangathan
नेहरु युवा केन्द्र संगठन

Together
Towards Tomorrow...



Progress Report On

FIT INDIA FREEDOM RUN

(15th August, 2020 to 2nd October, 2020)



NEHRU YUVA KENDRA SANGATHAN

Ministry of Youth Affairs & Sports, Government of India



Freedom from weak
**metabolism to
strong muscles!**



#NewIndiaFitIndia

A Report on **FIT INDIA FREEDOM RUN**

(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 Freedom Run** across the country. Educational Institutions, NGOs, Panchayats, Youth Clubs, Individuals and Group of People came forward to participate in Fit India Run so that it can truly become a Mass Movement.

Objectives

The objectives for launching of Nationwide "Fit India Freedom Run" 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



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 Freedom Run 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 NYKSs 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.

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. 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. 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.

State wise extent of participation is given at **Annexure – 1**.



Nehru Yuva Kendra Sangathan

Progress Report on Launching of Fit India Movement and Fit India Freedom Run (15th August, 2020 to 2nd October, 2020)

S.No.	Name of the State	Launching of Fit India Movement (15th August, 2020)	Fit India Freedom Run	
		No. of Participants	No. of Participants	No. of Kilometres Covered by Running
1	Andhra Pradesh	18532	89356	205518
2	Assam	38521	503245	1157463
3	Arunachal Pradesh	6854	119887	398951
4	Bihar	29834	329877	899866
5	Delhi	9470	94190	142587
6	Chhattisgarh	15425	409721	973215
7	Gujarat & Daman & Diu	31821	118984	273663
8	Haryana	21287	1624687	3868414
9	Himachal Pradesh	39254	611945	1878452
10	Jharkhand	49332	199675	459472
11	Jammu, Kashmir & Ladakh	40214	202798	602545
12	Karnataka	42587	319885	737735
13	Kerala & Lakshadweep	21478	98845	227363
14	Madhya Pradesh	72145	309783	759145
15	Maharashtra & Goa	69258	101854	234264
16	Manipur	22479	196858	389825
17	Meghalaya	19352	89989	187278
18	Mizoram	14258	495634	1069825
19	Nagaland	18332	83967	195788
20	Orissa	219352	898485	2028574
21	Punjab & Chandigarh	41258	213848	496703
22	Rajasthan	63214	398978	896868
23	Sikkim	18208	286965	558824
24	Tamil Nadu & Pondicherry	68475	397972	584327
25	Tripura	28415	508164	796343
26	Telangana	21487	169857	295847
27	Uttarakhand	28344	86578	86578
28	Uttar Pradesh	156124	326987	808967
29	West Bengal & A & N	955390	397987	1104902
Grand Total		21,80,700	96,87,001	2,23,19,302

ACTION
PHOTOGRAPHS

E - POSTERS



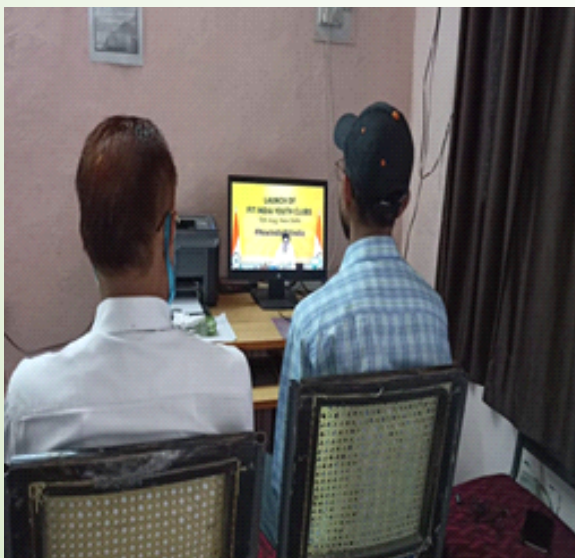


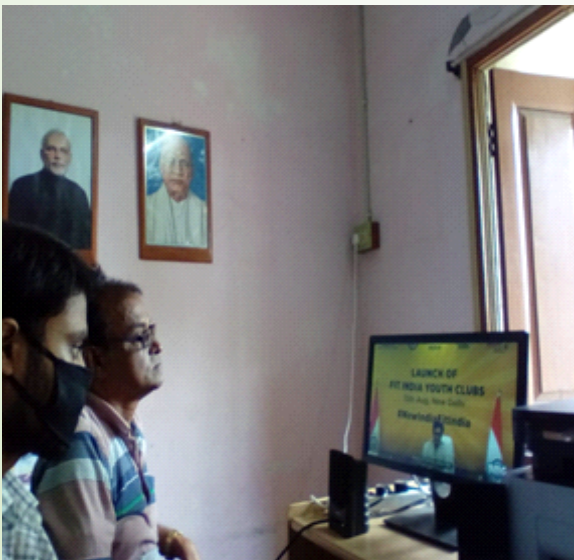


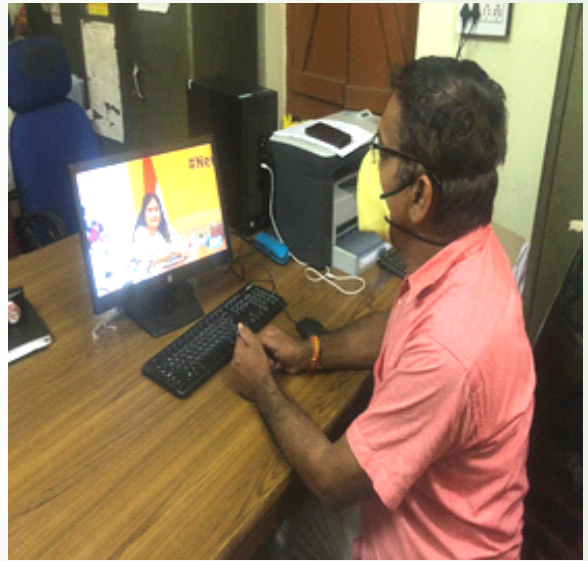
Launch of Fit India Youth Clubs

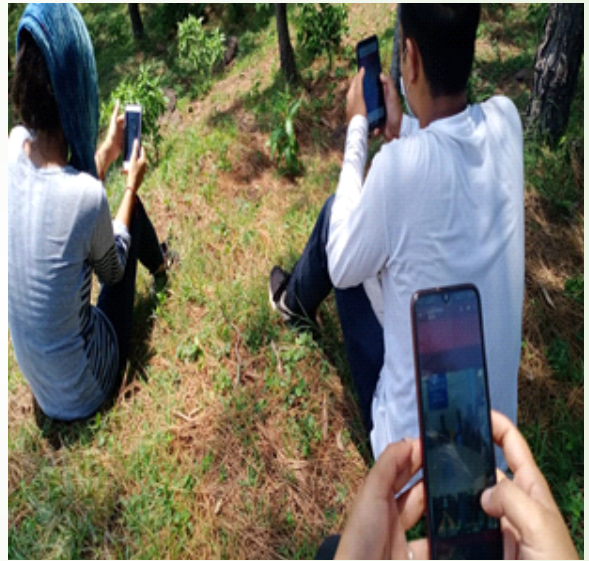


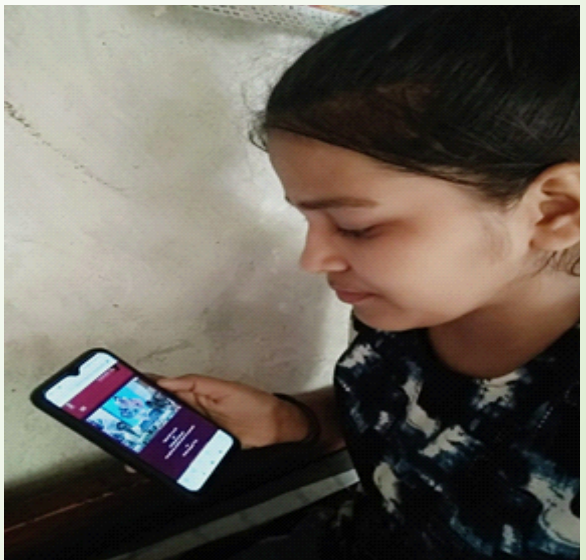


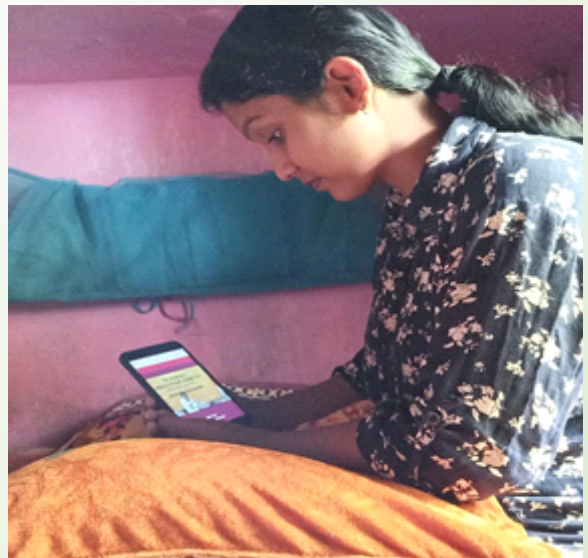


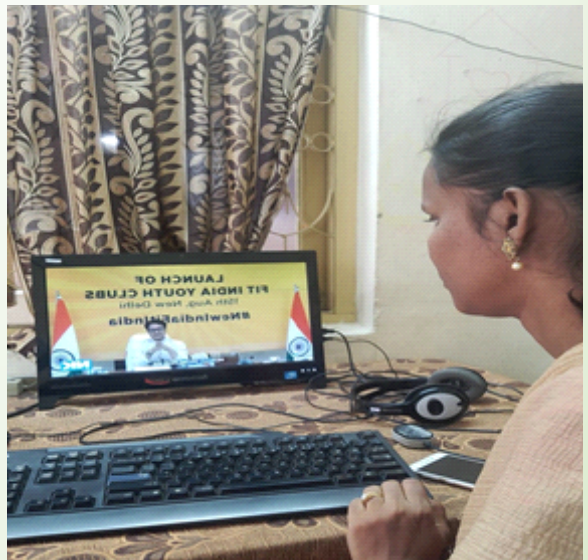
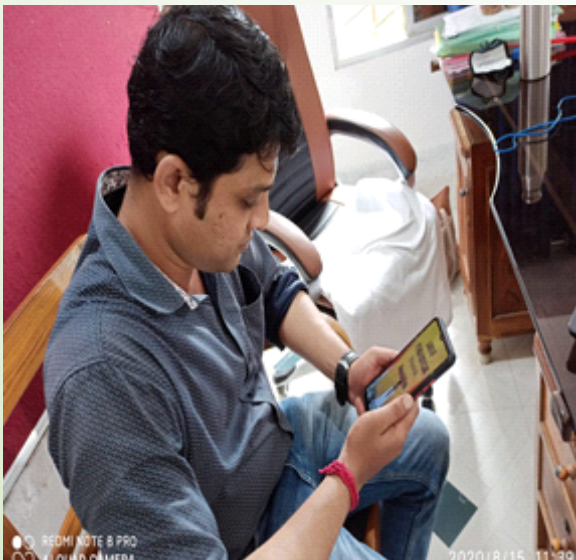












Fit India Freedom Run

























PRESS
CLIPPINGS

स्वतंत्रता दिवस के शुभ अवसर पर फिट इंडिया के अंतर्गत फ्रीडम रन का आयोजित

केके शुक्ला सिद्धार्थनगर- स्वतंत्रता दिवस के शुभ अवसर पर फिट इंडिया के अंतर्गत कार्यक्रम आयोजित सिद्धार्थनगर, गोल्लौरा युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार की

इकाई नेहरू युवा केंद्र सिद्धार्थनगर के तत्वाधान स्वतंत्रता दिवस के शुभ अवसर पर स्वर्गीय राम अचल पटेल विद्यालय के प्रांगण में ध्वजारोहण होने के पश्चात फिट इंडिया के अंतर्गत युवा मंडल सदस्यों में फ्रीडम रन का

आयोजन किया गया रनिंग के दौरान समस्त प्रतिभागी उचित दूरी पर रहते हुए रनिंग में प्रतिभाग किए उसके पश्चात सेनेटाइजर का उपयोग किया गया। स्वर्गीय राम अचल पटेल विद्यालय के प्रधानाचार्य अमित पटेल ने कहा कि स्वतंत्रता दिवस को आने वाली पीढ़ी अनवरत याद रखे की यह देश गुलामी के बेड़ियों में जकड़ा था, और सदियों तक यह अंग्रेजों ने राज किया और अंतत हमारे अनन्य पराक्रमी आंदोलनकारी और वीर शहीदों ने इस देश को आजाद कराया उनके बलिदान की सदैव याद रखे व आजादी की आवाज लोगों तक पहुंचाये। इस दरमियान राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक आशीष श्रीवास्तव एवं युवा मंडल के सदस्य मौजूद रहे।



केन्द्र के युवाओं ने फिटनेस का जागरूकता संदेश

सोनुआ | सोनुआ में स्वतंत्रता दिवस के मौके पर नेहरू युवा केन्द्र के युवाओं ने फिट इंडिया फ्रीडम रन के तहत ग्रामीण क्षेत्र के लोगों को स्वास्थ्य और फिटनेस का संदेश दिया। नेहरू युवा केन्द्र में शामिल वीर बिरसा यूथ क्लब वैधमारा के युवाओं ने गाँव के क्षेत्र में दौड़ लगाते हुए ग्रामीणों को फिटनेस का संदेश दिया।



फीट इंडिया अभियान का शुभारंभ, गांव-गांव में लोगों को स्वस्थ एवं फीट रहने के लिए प्रेरित करेंगे

स्वतंत्रता सम्म, देवास।

स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर किरण रिजिजू युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्री स्वतंत्र प्रभार भारत सरकार ने फीट इंडिया युवा मंडल अभियान का ऑनलाइन प्लेटफार्म वेबकास्ट के माध्यम से शुभारंभ किया। इस कार्यक्रम को नेहरू युवा केन्द्र से जुड़े हजारों युवाओं के साथ-साथ देशभर के लाखों युवाओं ने देखा। अभियान का शुभारंभ करते हुए रिजिजू ने कहा कि हमारे देश के यशस्वी प्रधानमंत्री ने आत्मनिर्भर भारत अभियान छेड़ रखा है। आत्मनिर्भर होने के लिए



शारीर एवं मस्तिष्क का फीट एवं स्वस्थ रहना अत्यंत आवश्यक है। इसी को ध्यान में रखते हुए नेहरू युवा केन्द्र संगठन से जुड़े लाखों

युवा स्वतंत्रता दिवस 15 अगस्त से लगाकर गांधी जंती 2 अक्टूबर 2020 तक गांव-गांव में लोगों को स्वस्थ एवं फीट रहने के लिए प्रेरित

करेंगे। उन्होंने असेल को कि ज्यादा से ज्यादा युवा फीट इंडिया अभियान से जुड़कर आत्मनिर्भर भारत का धर्म प्रहस्त करें। युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के संयुक्त सचिव तथा नेहरू युवा केन्द्र संगठन के महानिदेशक अशितोसिंह ने अभियान के क्रियान्वयन की रूपरेखा विस्तार से प्रस्तुत की। नेहरू युवा केन्द्र देवास के जिला समन्वयक अरविंद श्रौधर के मार्गदर्शन में जिले के युवा बड़ी संख्या में इस कार्यक्रम में भाग लिये।

स्वतंत्रता दिवस पर दौड़ का आयोजन कर फिट इंडिया का दिया संदेश

पर्यावरण बचाने किया पौधारोपण

राजनांदगांव। ग्राम सुरगी में नेहरू युवा केंद्र संगठन द्वारा स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण किया गया। वहीं फिट इंडिया का संदेश देते हुए दौड़ का आयोजन भी किया। जिसमें के तहत दौड़ में युवा-युवतियों भाग लिया। वहीं हमेशा फिट रहने का संकल्प लिया। इस दौरान संगठन के लोगों ने स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर पौधारोपण भी किया।

क्योंकि युवा समन्वयक गोपाल यादव के द्वारा स्वतंत्रता दिवस के विषय में साथ ही कोरोना के बचाव के विषय में युवा एवं

युवती मंडल के सदस्यों के साथ-साथ ग्राम के लोगों को भी घर-घर जाकर जानकारी दी।

इस कार्यक्रम में रिटायर्ड एमटीएस फेरहा राम साहू और लोकु राम साहू उपस्थित थे। संगठन के उपाध्यक्ष दीपक यादव, उपाध्यक्ष गायत्री साहू, आरती साहू, उत्तम सेन, आरती साहू, सुनीता, किरण, ज्योति, अनीता साहू, चिरंजीव यादव, चितेश, दिनेश, सलोस, पारख, महादेव, महेश सहित अन्य लोग उपस्थित थे।



आम का पौधा रोपित करते हुए नेहरू युवा केन्द्र के सदस्य। © नईदुनिया

रियर व निविधि सादगी अर्थात् संहित नियमों का अंग के अंगों खान, नीलम साहू, खान, कुजाम, अमित चारियों

पर्व, शहीदों की कुर्बानी को कृतज्ञ लोगों ने किया याद

विजनेस न्यूज

विजनेस न्यूज में जारी रात में जीनीगार्ड

I-Day celebrated by
Fit India Youth Club

ASHOK KUMAR

UNA: Dr. Lal Singh District Youth Coordinator informed that the youth programs working in rural areas of the country will be made aware of the healthy living systems under the Fit India Youth Club Under Fit India Mission by the Ministry of Youth Affairs and Sports, for which the Ministry's Guidelines honoured. Nehru Yuva Kendra, Una will also run a special campaign in all the development blocks from the National Youth Volunteers and 405 youth boards functioning in the district from August 15 to September 14, 2020 so that the young generation can become health conscious. He said that on the occasion of 74th Independence Day, various competitions were organized in various development blocks of Youth Center Una through national youth volunteers and youth boards working in the district, in which online competition, plantation, slogan writing and sanitation campaign etc. were organized. In this, online painting competition was organized by National Youth Volunteers Kamanshu Prabhakar, Deepa Gudiya, Deepa Dolls and Neha of development block Haroli, Una and Amb in which participants from different villages participated in which Kumari Niharika, Kumari Pooja, Kumari Rachna Devi, Balvinder Kumar, Kumari Shalini, Kumari Shivani, Ritika, Sonam, Sajjan and Jyoti, showed their talents in painting.

फिट इंडिया के तहत
कराई दौड़

स0ब0भा0

बनीकोडर, बाराबंकी। विकास खण्ड बनीकोडर की ग्राम पंचायत गोरपुर में मंडल अध्यक्ष जयकिशन वर्मा के द्वारा



फिट इंडिया स्वतंत्रता दौड़ कराई गई। पूरे दुनिया सिंह में राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक धर्मपाल की अध्यक्षता में फिट इंडिया स्वतंत्रता दौड़ कराने के साथ ही पांच घरों में जाकर उपस्थित सदस्यों को आज्ञादी के बारे विस्तृत जानकारी दी गई। युवा मण्डल अध्यक्ष ने अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा दे सलामी इस तिरंगे को जिस से तेरी शान है, सर हमेशा ऊँचा रखना इसका जब तक दिल में जान है।

इस दौरान धर्मवीर सिंह, अखिलेश कुमार, अर्पण, शोभित, आलोक सिंह, राम प्रसाद, कन्हैया, अंकित, अरुण, शिवप्रसाद, शोभित शर्मा, अमन कुमार आदि लोग मौजूद रहे।

फीट इंडिया अभियान
का शुभारंभ

देवास. स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर किरण रिजिजू युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्री स्वतंत्र प्रभार भारत सरकार ने फीट इंडिया युवा मंडल अभियान का ऑनलाइन प्लेटफॉर्म वेबकास्ट के माध्यम से शुभारंभ किया। इस कार्यक्रम को नेहरू युवा केन्द्र से जुड़े हजारों युवाओं के साथ-साथ देशभर के लाखों युवाओं ने देखा। अभियान का शुभारंभ करते हुए रिजिजू ने कहा कि हमारे देश के प्रधानमंत्री ने आत्मनिर्भर भारत अभियान छेड़ रखा है। नेहरू युवा केन्द्र संगठन से जुड़े लाखों युवा स्वतंत्रता दिवस 15 अगस्त से लगाकर गांधी जयंती 2 अक्टूबर 2020 तक गांव-गांव में लोगों को स्वस्थ एवं फीट रहने के लिए प्रेरित करेंगे।

इम्युनिटी बढ़ाने एवं कोरोना से लड़ने के लिए
फिटनेस की आवश्यकता : मधु यादव

फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन

हनुमानगढ़ (छाबड़ा)। भारतीय खेल प्राधिकरण एवं राजस्थान राज्य क्रीड़ा परिषद के संयुक्त तत्वाधान में जिले में फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन नेहरू युवा केंद्र हनुमानगढ़ द्वारा जिला खेल कूद प्रशिक्षण केंद्र, जिला प्रशासन के सहयोग से 19 सितम्बर 2020 को राजीव गाँधी स्टेडियम में किया गया यह इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री जस्साराम बोस, अतिरिक्त जिला पुलिस अधीक्षक, विशिष्ट अतिथि श्रीमती मधु यादव जिला युवा अधिकारी, सीताराम प्रजापत जिला खेल अधिकारी, ने हरी झंडी दिखाकर रन को रवाना किया यह फ्रीडम रन में नेहरू युवा केंद्र के युवा एवं जिला खेल कूद प्रशिक्षण के खिलाड़ियों ने बड़ी संख्या में भाग लिया यह फ्रीडम रन राजीव गाँधी स्टेडियम से जिला परिषद

होते हुए स्टेडियम तक आयोजित की गयी यह रन के समापन पर अतिरिक्त जिला पुलिस अधीक्षक जस्साराम



बोस ने कोविड -19 जैसी महामारी में फिट इंडिया फ्रीडम रन के तहत युवाओं को फिट एवं स्वस्थ रहने का संदेश दिया यह जिला युवा अधिकारी श्रीमती मधु यादव ने इम्युनिटी बढ़ाने एवं कोरोना से लड़ने के लिए फिटनेस की आवश्यकता को समझाया और युवाओं को बताया कि वे दौड़,

जोगिंग, योगा, कसरत, तैराकी एवं पारम्परिक खेलों और यहां तक घरेलू कामों को भी फिट रहने का माध्यम बना सकते हैं।

रन के सफल आयोजन में नेहरू युवा केंद्र की तरफ से ऑफिस असिस्टेंट गजेंद्र मीणा, नेहरू युवा मण्डल धोलीपाल मिटू सिंह, राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक योगेंद्र सिंह, मंजू देवी, विकास, अंकुश आदि का सहकारी योगदान रहा यह जिला खेल कूद प्रशिक्षण की तरफ से ओमप्रकाश सेन गेम्स बॉय (व्यवस्थापक), वृशु प्रशिक्षक शंकर सिंह नरुका, एथलेटिक्स प्रशिक्षक सुशील नैनीवाल, जुडो कोच अभयजीत सिंह, शारीरिक शिक्षक राकेश मटोरिया, स्विमर एथलेटिक खिलाड़ी सुन्दर दास आदि ने कार्यक्रम के सफल आयोजन में मुख्य भूमिका निभाई।

फिट इण्डिया ने आयोजित की दौड़ प्रतियोगिता

पयागपुर-बहराइच (एसएनबी)। नेहरू युवा केंद्र द्वारा जिला युवा समन्वयक के निर्देशानुसार फिट इंडिया फ्रीडम दौड़ प्रतियोगिता का आयोजन अश्वनी कुमार मिश्रा के निर्देशन में किया गया। प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर अभय मिश्रा तथा द्वितीय एवं तृतीय स्थान हरप्रीत सिंह पुनीत शर्मा रहे। इन्हे खंड विकास अधिकारी सुश्री स्वेता मिश्रा द्वारा मेडल पहनाकर सम्मानित किया गया। खंड परियोजना प्रबंधक गौरव कुमार शुक्ला ने प्रतिभागियों को बधाई दी। इस मौके पर ग्राम विकास अधिकारी आशुतोष मिश्रा, युवा मंडल के सचिव आशुतोष रोहन वत्स तथा उपाध्यक्ष कौशल त्रिपाठी आदि युवा खिलाड़ी मौजूद रहे।

फिट इंडिया मूवमेंट के तहत खेड़ी बर्की में दौड़ प्रतियोगिता आयोजित

बरवाला, 17 अगस्त (हनी नागपाल): शहीद भगत सिंह वेलफेयर सोसाइटी द्वारा स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर गांव खेड़ी बर्की में फिट इंडिया मूवमेंट के तहत दौड़ प्रतियोगिता करवाई। जिसमें 5 श्रेणियों में प्रतिभागियों को दौड़ाया गया। 14 वर्ष से छोटी लड़कियों में प्रिया प्रथम स्थान पर, वर्षा द्वितीय स्थान पर, लड़कों में प्रथम स्थान पर जतिन, द्वितीय स्थान पर गौरव, 14 से 19 वर्ष की श्रेणी में अंकित प्रथम स्थान, विकास द्वितीय स्थान व 19 वर्ष से ऊपर की श्रेणी में राजगुरु ने प्रथम स्थान, संदीप खटोड़ द्वितीय स्थान व पवन घोडेला तृतीय स्थान पर रहे। इस अवसर पर ग्राम पंचायत खेड़ी बर्की द्वारा पंच मदनलाल टाक, सतीश व शहीद भगत सिंह वेलफेयर सोसाइटी के प्रधान पवन कुमार, राकेश कुमार, मास्टर वीरेंद्र पीटीआई, डॉ. कृष्ण कुमार, सुरेश टाक, रामजीलाल घोडेला, सतपाल टाक, विक्रान्त गेदर और प्रीतम गेदर मौजूद रहे।



बरवाला : विजेता खिलाड़ियों के साथ मास्टर वीरेंद्र पीटीआई। (छाया : नागपाल)

फिटनेस के लिए युवा कर रहे विभिन्न गतिविधियों का आयोजन

एक आईना भारत

नेहरू युवा केंद्र जैसलमेर के जिला युवा समन्वयक फतेह लाल भील ने बताया कि युवा मामले और खेल मंत्रालय भारत सरकार के द्वारा स्वाधीनता दिवस पर रीलांच किए गए फिट इंडिया कार्यक्रम का उद्देश्य कोरोना महामारी के दौर में युवाओं को स्वस्थ रहने के लिए प्रेरित करना है। फिटनेस को जन आंदोलन बनाने के लिए इसका विषय फिटनेस एट होम फिटनेस विध फैमिली रखा है जिसमें हर गांव से युवाओं को जोड़ने का प्रयास किया जा रहा है। इस कार्यक्रम के तहत युवा दौड़, योगा, रस्सी कूद, डांस, साइकिलिंग, आदि शारीरिक



कसरत की गतिविधियों में भाग लेकर स्वयं के स्वस्थ रहने के साथ ही परिवार जनों को भी इसमें शामिल करने का लक्ष्य रखा है। इस कार्यक्रम में विभिन्न ग्रामीण

युवा मंडलों का रुझान उत्साहपूर्ण है। एनवाईवी दिलीप सिंह ने बताया कि शहीद भगत सिंह युवा मंडल सिंहदर, तेजरावा, दीप सिंह की ढाणी में इंडिया कार्यक्रम के तहत

दौड़ का आयोजन किया गया जिसमें पेप सिंह प्रेम सिंह विपुलसिंह विक्रमसिंह सहित अन्य युवाओं ने भाग लिया। एकलव्य युवा मंडल अध्यक्ष कमल कुमार के नेतृत्व में विनोद कुमार, कैलाश कुमार, युमन कुमार, अमर और अकाश कुमार ने फुटबॉल खेलने और नियमित दौड़ लगाने का प्रण लिया। भागीरथ युवा मंडल रानीसर के अध्यक्ष सूजाराम ने बताया कि फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत प्रतिदिन साइकिलिंग, दौड़ और रस्सी कूद जैसी गतिविधियों का आयोजन किया जाता है जिसमें पवन, रुपाराम, सज्जन राम आदि युवाओं का सक्रिय योगदान रहता है।

ఫిట్ ఇండియా శిక్షణ ప్రారంభం



చోడవరం (సాత్వి ప్రతినిధి) : కేంద్ర యువజన వ్యవహారాల మంత్రియ శ్రీదల మంత్రిత్వ శాఖ మంత్రి పర్యటన కిరణ్ రెణిల వారి చేతల మీదగా 74 వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల్లో ప్రారంభించినటువంటి "ఫిట్ ఇండియా" "కార్యక్రమాలను విశాఖపట్నం జిల్లా నెహ్రూ యువ కేంద్రం ఇంచార్జ్ మహేష్ అదేశం చేతలకు చోడవరం గణేష్ డిఫెన్స్ ఆటోమోటివ్ అసోసియేషన్ యువజన సంఘం ఆధ్వర్యంలో సోమవారం ప్రారంభించారు. నెహ్రూ యువ కేంద్రం వారిచేత ప్రస్తు

లరిత ప్రతాప్ సహకారంతో గ్రామాల్లో యువతకు ఆరోగ్యం వల్ల అవకాశాల కల్పిస్తూ రన్నింగ్, జాగింగ్, వాకింగ్, వ్యాయం ములు చేయించి చిన్నపాటి పోటీలు నిర్వహించి బహుమతులు ఇవ్వడం జరిగింది. దృఢ మైన భారతదేశం నిర్మించడంలో ఆరోగ్యవంతమైన యువత పాత్ర చాలా ముఖ్యమైనదని ఆయన వల్ల యువత దృఢంగా ఆరోగ్యంగా మెరుగైన సమాజం కోసం కృషి చేయాలని పుట్టిడి గణేష్ తెలియజేశారు. యువకులు ఈ పోటీల్లో చురుకూగా పాల్గొన్నారు.



రాంపూర్లో ఫిట్ ఇండియా కార్యక్రమం
నర్సారాజులపేట, న్యూస్టుడే : నెహ్రూ యువ కేంద్రం ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో నిర్వహిస్తున్న ఫిట్ ఇండియా కార్యక్రమం శనివారం రాంపూర్లో ప్రారంభించారు. దిలావర్ పూర్ ఉమ్మడి మండల కో ఆర్డినేటర్ ప్రవీణ్ మాట్లాడుతూ యువత శారీరక, మానసిక ఉల్లాసానికి నెహ్రూ యువ కేంద్రం చేస్తున్న సేవలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని తెలిపారు. ఆగస్టు 15వ తేదీ నుంచి అక్టోబరు 2 వరకు ఫిట్ ఇండియా కార్యక్రమం కొనసాగుతుందని తెలిపారు. గ్రామ యువకులు ప్రశాంత్, పృథ్వీ, నరేష్, రామవ, అజయ్, అరవింద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



खेल, योगा अभ्यास, व्यायाम दौड़ साईकिलिंग को लेकर नेहरू युवा केन्द्र ने चलाया जागरूकता अभियान

नवीन मेल संवाददाता
श्री बंशीधर नगर । नेहरू युवा केन्द्र के जिला युवा समन्वयक मोहसीन हासमी के निर्देश अनुसार नगर उंटारी प्रखंड में राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक अभिषेक कुमार चौबे द्वारा फिट इंडिया युथ क्लब कार्यक्रम के तहत पाल्हे कला में लोगो को खेल, योगा अभ्यास, व्यायाम दौड़ साईकिलिंग के लिए जागरूकता अभियान चलाया गया। केन्द्र के स्वयंसेवक अभिषेक चौबे ने कहा कि स्वस्थ जीवन के लिए एकमात्र विकल्प स्वास्थ्य ही है। आपका स्वास्थ्य अच्छा नहीं होगा तो आप स्वस्थ जीवन की कल्पना भी नहीं कर सकते। समय रहते इसके महत्व को समझना बुद्धिमानी है। लेकिन काफी संख्या में ऐसे लोग हैं, जो स्वास्थ्य को लेकर जागरूक नहीं हैं। उन्होंने कहा कि रोजाना की भाग-दौड़ में लोग तमाम कार्य तो करते हैं, लेकिन सबसे जरूरी स्वास्थ्य के प्रति वह लापरवाह होते हैं। हर व्यक्ति को फिटनेस के प्रति जागरूक रखने के



उद्देश्य से ही यह अभियान चलाया जा रहा है। अभिषेक 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। 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

छूटकारा पाना होगा और इसके लिए नियमित रूप से प्रतिदिन आधा घंटा भी अगर समय दिया जाय तो बहुत सी शारीरिक समस्याओं का समाधान हो सकता है। उन्होंने लोगों को बताया कि समाज में फिटनेस कल्चर विकसित किया जाना भी जरूरी है। इस मौके पर युवा मंडल के सदस्य संजव कुमार, अमित कुमार, शशि कुमार, सोहन कुमार, जितेन्द्र ठाकुर, अम्रेश गुप्ता, राजिव रंजन पासवान सहित कई युवा लोग मौजूद थे।

रन फॉर फिट इंडिया साइकिल रैली का आयोजन



उदयपुर। झीलो की नगरी उदयपुर में युवा मामले एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के बैनर तले खेल दिवस के पावन अवसर पर विशेष हॉकी के जादूगर मेजर ध्यानचंदजी को याद करते हुए रन फोर फिट इंडिया यूथ क्लब का आयोजन किया गया।

हिंदुस्तान स्काउट्स एंड गाइड्स के सहायक राज्य संगठन आयुक्त, उदयपुर संभाग प्रदीप मेघवाल ने बताया कि हिंदुस्तान स्काउट्स एंड गाइड्स उदयपुर संभाग एवं नेहरू युवा केंद्र के संयुक्त तत्वावधान में आज हॉकी के महान जादूगर मेजर ध्यानचंद के

जन्म अवसर पर फिट इंडिया के तहत प्रातः कालीन योगा, व्यायाम एवं साइकिल रैली का आयोजन किया गया। रैली को हरी झंडी संयुक्त निदेशक स्कूल शिक्षा एवं सहायक राज्य आयुक्त हिंदुस्तान स्काउट्स एंड गाइड्स शिव गौड़ के द्वारा दी गई।

साइकिल रैली फतहसागर काला किवाड़ से प्रारंभ होकर महाकालेश्वर मंदिर होते हुए संजय पार्क, राजीव गांधी पार्क, रानी रोड, नीमच माता मंदिर, देवाली से फतहसागर की पाल होते हुए पुनः प्रारंभ स्थान पर पहुंची। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि शिव

गौड़ द्वारा सभी प्रतिभागियों को प्रोत्साहित किया गया एवं बताया कि आज हमें प्रत्येक व्यक्ति को प्रतिदिन कम से कम यथासंभव साइकिलिंग करनी चाहिए जिससे हम स्वस्थ रह सकें। साइकिल का चलन खो सा गया है। पहले मैं स्वयं भी स्कूल में पढ़ाने जाता था। तब लगभग 30 किलोमीटर साइकिल प्रतिदिन चलाता था।

नेहरू युवा केंद्र के उपनिदेशक श्याम सिंह राजपुरोहित ने मेजर ध्यानचंद के जीवन परिचय को अपने शब्दों में बयां कर युवाओं को जागरूक करने का प्रयास किया तथा अधिक

से अधिक संगठन से जुड़कर युवाओं को फिट रखने के अपने विचार व्यक्त किए। फिट इंडिया यूथ क्लब साइकिल रैली में हिंदुस्तान स्काउट्स एवं गाइड्स के रोवर रंजर स्काउट गाइड, यूथ हॉस्टल एसोसिएशन ऑफ इंडिया, उदयपुर साइकिल क्लब के जितेंद्र सिंह एवं उनकी पूरी टीम, एवं लोकसिटी साइकिल क्लब के युवाओं ने भी भी बड़ चढ़कर हिस्सा लिया। इस अवसर पर डिस्ट्रिक्ट ऑर्गेनाइजर विनीत दवे, सहायक जिला सचिव मुकेश जैन, सौरभ सिंह नेहरू युवा केंद्र, सुबेर सिंह नेहरू युवा केंद्र, रंजर लीडर सीमा नागदा, स्काउटर लव शर्मा रोवर कुंज सोनी विशाल सोनी शब्बीर अली, भावेश मेघवाल, कपिल मेघवाल, मोहित सेन एवं लिटिल कब्र हार्थि मेघवाल आदि कई संस्थाओं ने भाग लिया। इस अवसर पर उदयपुर जिले के जाने-माने सूक्ष्म कलाकार चंद्र प्रकाश चितौड़ द्वारा तैयार मेजर ध्यानचंद के जीवन परिचय पर पुस्तिका एवं चॉक से सुंदर हॉकी टूफ्री तैयार की गई है जिसमें तिरंगे तीनों रंगों का प्रयोग किया गया का विमोचन एवं अवलोकन मुख्य अतिथि द्वारा किया गया।

फिट इंडिया के तहत रनिंग, योग एवं व्यायाम की हुई गतिविधियां



दिव 24 अगस्त। हम फिट तो इंडिया फिट के नारे के साथ नेहरू युवा केंद्र, दीव द्वारा भारत सरकार के कार्यक्रम फिट इंडिया के साथ युवाओं को जोड़ा जा रहा है। राष्ट्रीय युवा स्वर्सेवक, युवा एवं महिला मण्डल द्वारा इस कार्यक्रम को जन आंदोलन बनाने की मुहिम जारी है। नेहरू

युवा केंद्र, दीव के जिला युवा समन्वयक जयेश मीना ने बताया कि रोजाना में रनिंग, योग, शारीरिक व्यायाम जैसी गतिविधियां आयोजित कराई जा रही है। भारत सरकार के फिट इंडिया पोर्टल पर युवा मण्डल का पंजीकरण भी कराया जा रहा है, जिससे फिटनेस को रोज की जीवनशैली का भाग बनाया

जा सके। जिला युवा समन्वयक जयेश मीना ने बताया कि रोजाना 60 मिनट के व्यायाम से ब्रह्म सकुंलेशन बेहतर होता है, जिससे शरीर की इन्फ्लेमिटी बढती है। इस कोरोना काल में इन्फ्लेमिटी बढाने रखने की बहुत आवश्यकता भी है। इस कार्यक्रम की गतिविधियां 14 सितंबर तक जारी रहेंगी।

फिट इंडिया अभियान के तहत दौड़े युवा



प्रतिभागियों को फिट से सम्मानित करते आयोजक।

संवाद न्यूज एजेंसी

कलाघात। गांव बाता में ग्रामीण युवा युवती मंडल संबन्धित नेहरू युवा केंद्र के फेल्ट द्वारा फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत युवाओं में दौड़ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। दौड़ में भाग लेने वाले गांव बाता की टीम के खिलाड़ी थे। प्रतियोगिता का नेतृत्व केप्टन अंकित शर्मा द्वारा किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता जिला अध्यक्ष संदीप राणा जिला युवा समिति

हरियाणा द्वारा की गई। फिट इंडिया कार्यक्रम के तहत सभी प्रतिभागियों को संगठन द्वारा खेल फिट देकर सम्मानित किया गया। संगठन अध्यक्ष विशाल शर्मा ने बताया कि संगठन लगातार खिलाड़ियों के मनोबल बढाने के लिए ऐसे कार्यक्रमों का आयोजन करता रहता है। कार्यक्रम में रीना राणा अध्यक्ष, सीमा, महावीर, रजत, हर्ष, सोनू, प्रताप, दीपिका, सचिन, अमन, अंकित, तुषार, प्रीतम, विशाल, अरुण, अभिषेक, तनुज उपस्थित रहे।

यूथ क्लब ने करवाया फिट इंडिया फ्रीडम रन

हमीरपुर। नेहरू युवा केंद्र हमीरपुर के सौजन्य से हमीरपुर ब्लॉक को-ऑर्डिनेटर नितिन कुमार ने यूथ क्लब इनियारा द्वारा स्वतंत्रता दिवस के मौके पर फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन करवाया। इस आयोजन के दौरान कोविड-19 के दिशा निर्देशों को ध्यान में रखते हुए यूथ क्लब के सभी युवाओं ने दौड़ में भाग लिया। इसके बाद भारत सरकार के खेल मंत्री किरण रिजजू द्वारा फिट इंडिया यूथ क्लब उद्घाटन का लाइव प्रसारण सभी युवाओं को ऑनलाइन माध्यम से दिखाया गया। इस आयोजन के दौरान सभी युवाओं को अपनी जिंदगी में फिटनेस को शामिल करने के लिए तथा स्पर्धा के इस समय पर अपनी इयूनिटी को बढ़ाने के लिए फिट रहना कितना जरूरी है, उसके बारे में बताया।

फिट इंडिया के तहत दौड़ प्रतियोगिता का हुआ आयोजन।

परिधि समाचार ब्यूरो रिपोर्ट
पयागपुर-नेहरू युवा केंद्र संगठन बहराइच द्वारा जिला युवा समन्वयक अनन्या सिंह जी के निर्देशानुसार फिट इंडिया फ्रीडम दौड़ प्रतियोगिता का आयोजन अश्वनी कुमार मिश्रा के निर्देशन में किया गया प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर अभय मिश्रा तथा द्वितीय/तृतीय स्थान हरप्रीत सिंह पनीत शर्मा रहे जिन्हें खंड

विकास अधिकारी सुश्री स्वेता मिश्रा जी द्वारा मेडल पहनाकर सम्मानित किया गया तथा खंड परियोजना प्रबंधक गौरव कुमार शुक्ला ने प्रतिभागियों को बधाई दी ग्राम विकास अधिकारी आशुतोष मिश्रा समेत नूरपुर युवा मंडल के सचिव आशुतोष रोहन वत्स तथा उपाध्यक्ष कौशल त्रिपाठी सहित तमाम युवा खिलाड़ी मौजूद रहे।

दैनिक भास्कर

नेहरू युवा केन्द्र ने दिलाई फिटनेस की शपथ

सीकर। नेहरू युवा केन्द्र की ओर से धोद ब्लॉक के विभिन्न ग्रामीण क्षेत्रों में युवा कार्यक्रम फिट इंडिया मूमेंट के तहत कोविड 19 की गाइड लाइन को ध्यान में रखते हुए विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए गए। ब्लॉक कोर्डिनेटर चंद्रभान सिंह अनोखू एवं रामचंद्र खीचड़ ने बताया कि जिला युवा समन्वयक तरुण जोशी के नेतृत्व में फ्रीडम रन, रस्सी कूद तथा विभिन्न खेलों के माध्यम से खुद फिट रहने के साथ साथ दूसरों को भी फीट रहने के लिए प्रेरित कर रहे हैं। बिंजासी गांव में युवाओं द्वारा खुद को फिट रखने व कोरोना गाइडलाइन



की पालना की शपथ ली गई। श्रीमाधोपुर ब्लॉक के आभावास गांव में राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक निक्की कुमार जांगिड़ के नेतृत्व में रॉयल्स युवा संस्थान के कार्यकर्ताओं ने फिट इंडिया शपथ ली।



गढ़वा 20-08-2020

रांची, गुरुवार 20 अगस्त, 2020 | 13

फिट इंडिया यूथ क्लब ने किया लोगों को जागरूक

भास्कर न्यूज | बंशीधर नगर

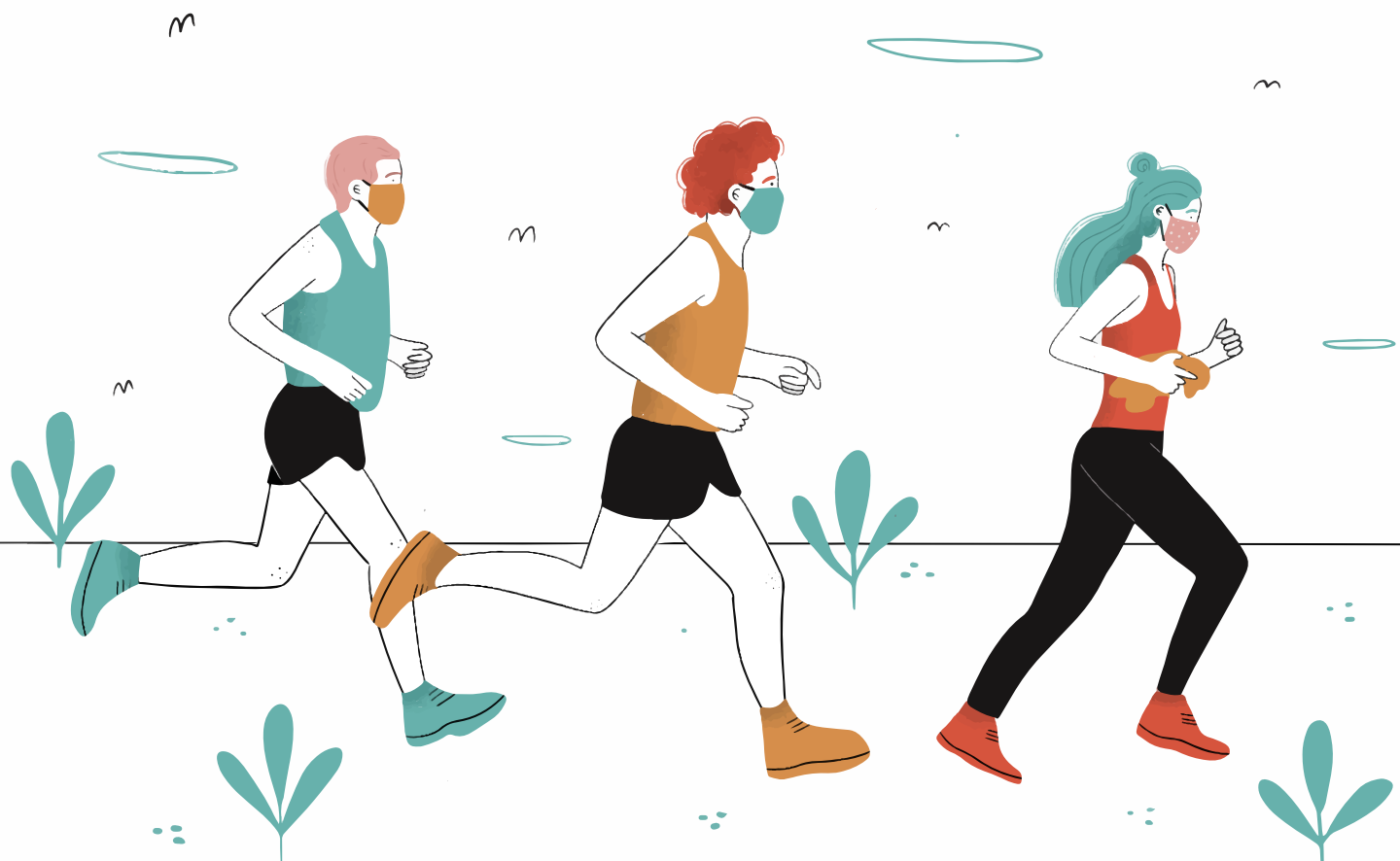
युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार की स्वायत्तशासी संस्था नेहरू युवा केन्द्र, गढ़वा के द्वारा केन्द्र के जिला युवा समन्वयक मोहसीन हशामी के निर्देशानुसार नगर उंटारी प्रखंड में राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक अभिषेक कुमार चौबे के द्वारा फिट इंडिया यूथ क्लब कार्यक्रम के तहत पाल्हे कला में लोगों को खेल, योग अभ्यास, व्यायाम दौड़ साइक्लिंग के लिए जागरूक किया गया।

केन्द्र के स्वयंसेवक ने कहा कि स्वस्थ जीवन के लिए एकमात्र विकल्प स्वास्थ्य ही है। आपका स्वास्थ्य अच्छा नहीं होगा तो आप स्वस्थ जीवन की कल्पना भी नहीं कर सकते। समय रहते इसके महत्व को समझना बुद्धिमानी है। लेकिन काफी संख्या में ऐसे लोग हैं, जो स्वास्थ्य को लेकर जागरूक नहीं हैं। रोजाना की भाग-दौड़ में लोग तमाम 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। उन्होंने 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। 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 लिए नियमित रूप से प्रतिदिन आधा घंटा भी अगर समय दिया जाय तो बहुत सी शारीरिक समस्याओं का समाधान हो सकता है। उन्होंने बताया कि समाज में फिटनेस कल्चर विकसित किया जाना भी जरूरी है। मौके पर युवा मंडल के सदस्य संजय कुमार, अमित कुमार, शशि कुमार, सोहन कुमार, जितेन्द्र ठाकुर, अमरेश गुप्ता, राजिव रंजन पासवान सहित युवा मौजूद थे।

FITNESS
IS NOT A
DESTINATION
IT IS A WAY OF
LIFE.



FREEDOM FROM **LETHARGY** TO A **POSITIVE LIFESTYLE!**



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