कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2212207 फैक्स 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.com
College Code : 1602

दुर्ग, दिनांक 16.12.2023

/प्रेस विज्ञप्ति/

गर्ल्स कॉलेज में
जुम्बा कार्यशाला प्रारंभ

शासकीय डॉ0 वा0 वा0 पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय में क्रीडाविभाग के तत्वाधान में सात दिवसीय जुम्बा प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है। महाविद्यालय की क्रीडाधिकारी डॉ0 ऋतु दुबे ने जानकारी देते हुए बताया कि फीट इण्डिया मूव्हमेन्ट के अंतर्गत विद्यार्थियों को चुस्त–दुरूस्त रखने तथा व्यायाम के माध्यम से निरोग रहने के गुर सिखाये जा रहे हैं। कार्यशाला का शुभारंभ करते हुए महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ0 सुशील चन्द्र तिवारी ने कहा कि छात्राओं को इस कार्यशाला के माध्यम से व्यायाम एवं योग को सीखने का अच्छा अवसर मिला है, जिसका वे लाभ उठायें।

कार्यशाला के प्रथम सत्र में विषय विशेषज्ञ के रूप में बी0 आई0 टी0 भिलाई के क्रीडाधिकारी कुणाल राव ने विद्यार्थियों को वार्मअप, कुलडाउन का महत्व बताया तथा स्ट्रेचिंग के अभ्यास की जानकारी दी। उनके द्वारा विभिन्न अभ्यास को संगीत के माध्यम से कराया गया जिसे छात्राओं ने उत्साह से सीखा। कार्यक्रम के दूसरे चरण में योग प्रशिक्षिका मालती साहू ने विभिन्न आसन के माध्यम से छात्राओं को स्फूर्त रहने के तरीके बताये।

कार्यक्रम में क्रीडा समिति की प्रभारी डॉ0 सुषमा यादव तथा विमल यादव, विजय चन्द्राकर, ओम ध्रुव एवं विनोद ठाकुर का सक्रिय योगदान रहा। इस कार्यशाला में बड़ी संख्या में छात्राओं ने भागीदारी की है।

(डॉ0 एस0 सी0 तिवारी)
प्राचार्य
शासकीय डॉ0 वा0 वा0 पाटणकर
कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग