पंजाब केसरी 19/09/2025

जी.एम.एन. कॉलेज में लगा वैलनैस और फिटनैस चैकअप कैंप

अम्बाला, 18 सितम्बर (बलराम): छावनी स्थित जी.एम.एन. कॉलेज में यूथ रैडक्रॉस और आरोग्य भारती ने वैलनैस इंडस्ट्री के सहयोग से वैलनैस और फिटनैस चैकअप कैंप का आयोजन किया। कैंप के दौरान विद्यार्थियों एवं संकाय सदस्यों ने स्वास्थ्य जांच, फिटनैस सत्रों और इंटरैक्टिव परामर्श में सक्रिय रूप से भाग लिया, जहां यह संदेश गूंजा कि स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा धन है। फिटनैस कोच डॉ. सोनिया गुप्ता ने फिटनैस नियमों, संतुलित आहार और मानसिक स्वास्थ्य पर प्रेरक विचार सांझा किए।

जी.एम.एन. कॉलेज में आयोजित वैलनैस और फिटनैस चैकअप कैंप में भाग लेते विशेषज्ञ एवं विद्यार्थी। (चंद्रमोहन)

प्राचार्य डॉ. रोहित दत्त ने कैंप में भारी भागीदारी पर खुशी जताते हुए सभी से आह्वान किया कि फिटनैस को एक अवसर नहीं, बल्कि दैनिक संकल्प बनाएं। यूथ रैडक्रॉस के संयोजक डॉ. राकेश कुमार ने इस कार्यक्रम का संचालन किया और इसकी भव्य सफलता सुनिश्चित की।