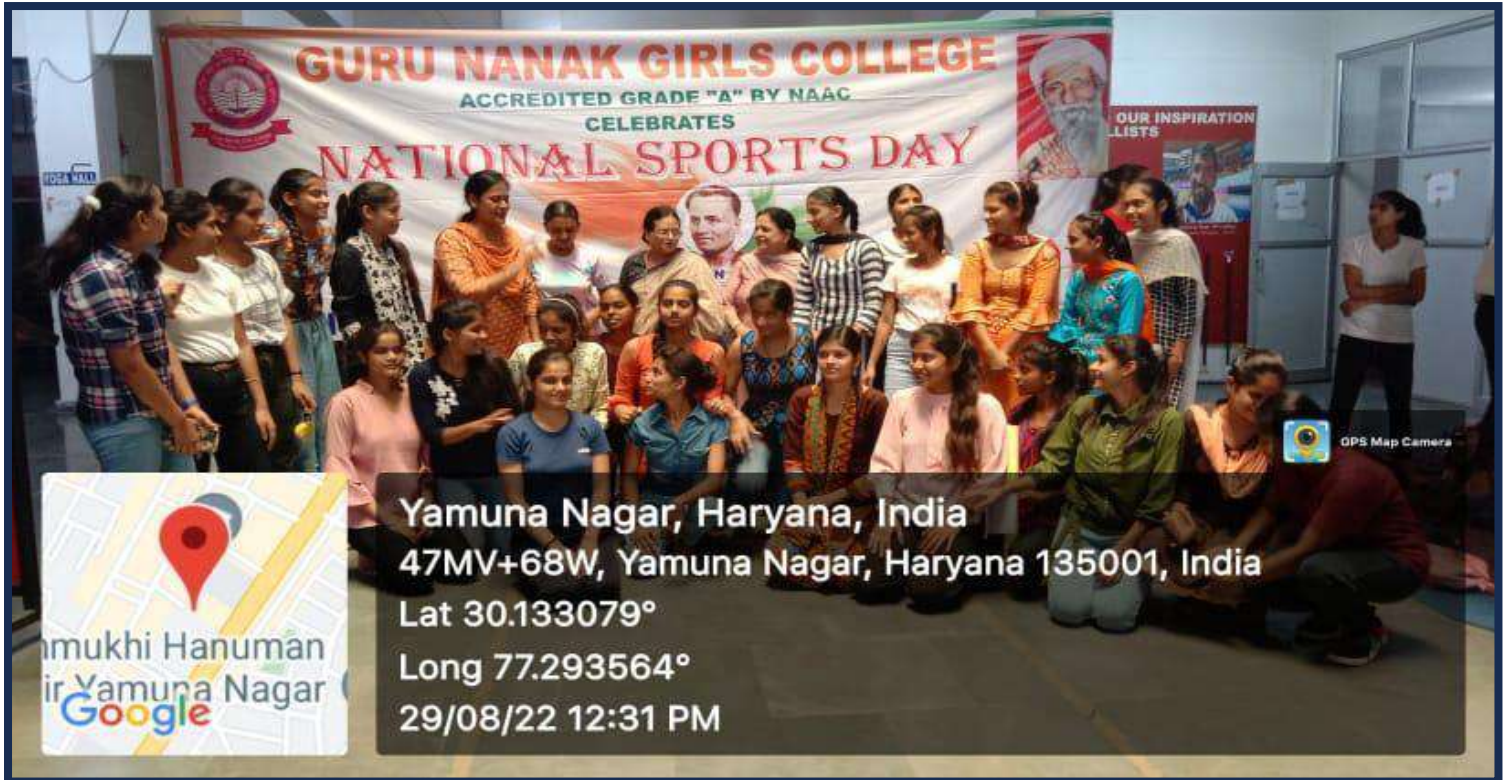


## Department of Physical Education and Sports

National Sports day was celebrated on 29<sup>th</sup> August, 2022. Department organised Yoga competition, Poster Making & Slogan writing competition.





Yamuna Nagar, Haryana, India  
47MV+68W, Yamuna Nagar, Haryana 135001, India  
Lat 30.133079°  
Long 77.293564°  
29/08/22 12:31 PM



Yamuna Nagar, Haryana, India  
Santpura, 47MV+4F9, Yamuna Nagar, Haryana 135001, India  
Lat 30.132892°  
Long 77.293707°  
29/08/22 11:55 AM

**Run for unity was organised by our college on 31<sup>st</sup> October, 2022**



**Six Days Yoga Training camp was organized for the students in the College Auditorium from 6<sup>th</sup> February to 11<sup>th</sup> February, 2023**



**An Extension lecture was Organised on Yoga for women Health by Dr. Shiv Kumar, District Yoga Specialist on 10<sup>th</sup> February,2023**



Department in association with SAI SAUBHAGYA TRUST organised Sports Events for the under Privileged girls of the society to celebrate International Women Day on 2<sup>nd</sup> March, 2023 at SNS College of Education playground



## गुरु नानक गर्ल्स कॉलेज में शारीरिक शिक्षा का उत्सव मनाया गया

यमुनानगर(शैफाली)। स्थानीय गुरु नानक गर्ल्स कॉलेज में शारीरिक शिक्षा विभाग के सौजन्य से अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में साई सौभाग्य संस्थान की लड़कियों के साथ शारीरिक शिक्षा का उत्सव मनाया गया। इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में कॉलेज की डायरेक्टर डॉ वरिंदर गांधी उपस्थित हुईं।

इनका बीएड कॉलेज के कैम्पस में गर्मजोशी से स्वागत किया गया डॉ इंदु शर्मा प्रिंसिपल बीएड कॉलेज कार्यक्रम में खेल से जुड़ी कई गतिविधियों का आयोजन किया गया। जिसमें साई सौभाग्य संस्थान की लड़कियों ने बहुत सुंदर प्रस्तुति देकर सबका मन मोह लिया। कार्यक्रम में कई तरह के हरियाणवी नृत्य और दौड़ तथा रसाकशी जैसे खेलों का आयोजन हुआ। जिसमें दौड़ में अंजलि प्रथम स्थान रुहानी द्वितीय स्थान तथा सुप्रिया ने तृतीय स्थान प्राप्त किया इसी प्रकार अन्य



खेलों और आयोजनों में विजेताओं को सम्मानित किया गया इस कार्यक्रम पर कॉलेज की डायरेक्टर डॉ वरिंदर गांधी ने कहा कि इंसान कहां जन्म लेता है यह मायने नहीं रखता बल्कि यह मायने रखता है कि वह कितनी मेहनत करके कितना ऊंचा स्थान ग्रहण करता है। उन्होंने स्वयं का उदाहरण देते हुए बताया कि उनका भी बचपन बहुत संघर्ष से बीता और बिना हार माने आज इस मुकाम पर पहुंची है। साई सौभाग्य संस्था के सेक्रेटरी निपुण गर्ग ने भी अपने संस्थान के माध्यम से

लड़कियों के शिक्षा और उनके पुनर्वास की व्यवस्था की रिपोर्ट पढ़ी और डॉ वरिंदर गांधी के सहयोग और समर्थन के लिए धन्यवाद दिया और यह भी बताया की उनके कॉलेज के द्वारा बहुत सारी लड़कियों को निशुल्क शिक्षा देने का कार्य किया जा रहा है। इस कार्यक्रम के संबंध में जौएनजी कॉलेज की शारीरिक विभाग की मीनाक्षी गुप्ता ने भी साई सौभाग्य संस्था का तारीफ की और भविष्य में इसी तरह से कार्यक्रम को जारी रखने की अपील की।

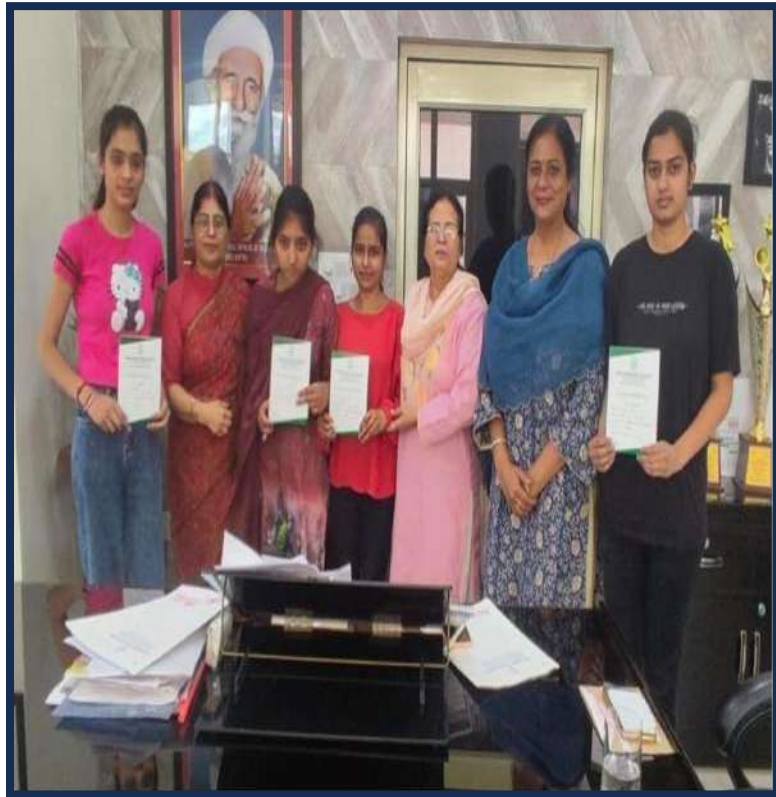


**Annual Athletic meet of the College is organised at SNS College of Education playground on 3<sup>rd</sup> March,2023**





**Quiz Competition on Sports, Health and Yoga organized by Department on 25<sup>th</sup> April, 2023 at GNG Campus 2**



Sports & NCC Alumini Meet was organized on 13<sup>th</sup> May 2023



ਆਪਾਸਾਥ ਖੇਡ ਗਰ ਆਪਾਸਾਥ ਸਾਠ ਬਢਾਝੇ ਜਾਏ।

## ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਗਰਲਜ਼ ਕਾਲੇਜ ਮੇਂ ਏਲ੍ਯੂਮਿਨੀ ਮੀਟ ਕਾ ਸਮਾਪਨ ਹੁਆ

ਯਮੁਨਾਨਗਰ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਗਰਲਜ਼ ਕਾਲੇਜ ਮੇਂ ਏਲ੍ਯੂਮਿਨੀ ਮੀਟ ਕਾ ਸਮਾਪਨ ਹੁਆ। ਇਸ ਏਲ੍ਯੂਮਿਨੀ ਮੀਟ ਮੇਂ ਕਾਲੇਜ ਕੇ ਏਨਸੀਸੀ ਆਰ ਖੇਲ ਵਿਭਾਗ ਕੇ ਵਿਛਾਰਥੀ ਜੋ ਇਸ ਕਾਲੇਜ ਸੇ ਪਛਾਝੀ ਪੂਰੀ ਕਰਕੇ ਚਲੇ ਗਏ ਏ ਉਨਕਾ ਮਿਲਨ ਸਮਾਰੋਹ ਹੁਆ। ਇਸਮੇਂ ਲਗਭਗ 70 ਪੂਰਵ ਛਾਤ੍ਰਾਏਂ ਉਪਸਥਿਤ ਹੁਏ ਆਰ ਏਕ ਦੂਸਰੇ ਸੇ ਮਿਲਕਰ ਅਪਨੇ ਗੁਰੂ ਜਨ ਸੇ ਮਿਲਕਰ ਕੇ ਏਕ ਨਵੀਂ ਖੁਸ਼ੀ ਕੋ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਿਆ ਇਸਮੇਂ ਖੇਲ ਵਿਭਾਗ ਆਰ ਏਨਸੀਸੀ ਕੇ ਕੈਡੇਟ ਦੋਨੋਂ ਵਿਛਾਰਥੀ ਜੋ ਏਠਾਂ ਸੇ ਪਛਾਝੀ ਪੂਰੀ ਕਰਕੇ ਅਪਨੇ ਜੀਵਨ ਕੇ ਖੇਤ੍ਰ ਮੇਂ ਕਝੀਂ ਬਢੇ ਮੁਕਾਮ ਕੋ ਹਾਸਿਲ ਕਿਆ ਇਸਕਾ ਸ਼ਰੀਯ ਉਨ੍ਹੋਂਨੇ ਅਪਨੇ ਗੁਰੂ ਜਨ ਕੋ ਦਿਆ ਤਥਾ ਸਕੂਲ ਕੋ ਡਾਯਰੇਕਟਰ ਡਾਕਟਰ ਵਰਿੰਦਰ ਗਾਂਠੀ ਤਥਾ ਪ੍ਰਿਸਿਪਲ ਗੁਰਿੰਦਰਜੀਤ ਕੌਰ ਆਭਾਰ ਵਯਕਤ ਕਿਆ। ਇਸਮੇਂ ਮਲਿਕਾ ਸ਼ਰਮਾ, ਗੁਰਮੀਤ ਕੌਰ, ਰਜਨੀ ਦਿਵਿਆ, ਸੋਨਾਲੀ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਅੰਜੂ, ਬਬਲੀ ਆਦਿ ਉਪਸਥਿਤ ਹੁਏ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਆਰ ਮਲਿਕਾ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਵੇਟਲਿਫਿਟਿੰਗ ਵ ਪਾਵਰ ਲਿਫਿਟਿੰਗ ਮੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟ੍ਰੀਯ ਪਦਕ ਅਰਜਿਤ ਕਿਆ ਹੈਂ ਆਜਕਲ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਓਂ ਸੇ ਜੁਡੀ ਹੁਏ ਹੈਂ ਅਪਨੀ ਜੀਤ ਆਰ ਸਫਲਤਾ ਕਾ ਸ਼੍ਰੇਯ ਕਾਲੇਜ ਕੋ ਦੇਕਰ ਕਾਲੇਜ ਕੇ ਪ੍ਰਤਿ ਆਭਾਰ ਪ੍ਰਕਟ ਕਿਆ। ਵਹੀ ਏਨਸੀਸੀ ਵਿਭਾਗ ਕੀ ਛਾਤ੍ਰਾਓਂ ਮੈਂ ਮਨਦੀਪ ਸ਼ੁਭਾਂਗੀ ਮਹਕ ਵੀਪਕ ਆਰ ਇਲ੍ਯਾਦਿ ਨੇ ਆਭਾਰ ਪ੍ਰਕਟ ਕਿਆ। ਇਸ ਅਵਸਰ ਪਰ ਖੇਲ ਵਿਭਾਗ ਕੀ ਏਚਓਡੀ ਮੀਨਾਕਸ਼ੀ ਗੁਜ਼ਰ ਵ ਏਨਸੀਸੀ ਕੀ ਅਧ੍ਯਕਸ਼ਾ ਏਨਮੀ ਉਪਸਥਿਤ ਰਹੀ।



**Organised District Level Yoga Championship in the College on 3<sup>rd</sup> June 2023**





**Organised Yoga Protocol training Programme in association with NCC & NSS wing  
from 19<sup>th</sup> to 20<sup>th</sup> June 2023**





**Organised Mass Yoga Demonstration on 21<sup>st</sup> June 2023**







## Yoga Day celebrated at Guru Nanak Girls College

**RAJNI SONI YAMUNANAGAR:** The country celebrated Yoga Day on the appeal of the Prime Minister of the country, Modi, to keep the body and mind fit and healthy. On the occasion of this International Yoga Day, the director of the college Dr. Varinder Gandhi while



addressing the children said that yoga is not a religion but an art of living by which we can keep both our mind and body healthy. Dr. Gandhi herself has been doing yoga regularly for more than two decades and keeps making students aware of its benefits from time to time.

In this programme, principal of the college, Dr. Gurinderjit Kaur, in her short speech also advised the children to do yoga regularly and also informed the children about the scientific benefits of yoga. Dr. Meenakshi Gupta, head of the physical education department of the college, has also done the work of training children for this yoga for the past one week and appealed to children to do yoga regularly and give advice to others to do yoga. Many girl students and teachers of the college participated in the yoga day.

