



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम

दिनांक

पृष्ठ संख्या

कॉलम

दैनिक भास्कर

11.10.22

2

5-8



फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 को झंडी दिखाकर खाना करते एचएयू के वाइस चांसलर प्रो. बी.आर. काम्बोज।

आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल

फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 में स्टूडेंट्स ने दिया व्यायाम को जीवन का हिस्सा बनाने का संदेश

भास्कर न्यूज़ | हिसार

राज्यस्तरीय ट्रायल में 195 स्वयंसेवकों ने हिस्सा लिया

प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए रोज योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। यह विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के वाइस चांसलर प्रो. बीआर काम्बोज ने व्यक्त किए। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक

छात्र कल्याण निदेशक डॉ. अतुल ढोंगड़ा ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिविर 2022 के लिए राज्यस्तरीय ट्रायल भी किया गया। इसमें भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 स्वयंसेवकों ने हिस्सा लिया। क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जांगजिलोंग, युवा अधिकारी देसराज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद जिनदल उपस्थित थे। इस चयन प्रतियोगिता में

मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के बाद बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि इस वर्ष फिट

हरियाणा प्रदेश से चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में हिस्सा लेंगे और अंत में एक महीने के प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाले गणतंत्र दिवस परेड में हिस्सा लेंगे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ. संध्या शर्मा तथा डॉ. महेंद्र कुमार ने किया तथा हरियाणा कृषि विद्यापीठ एनसीसी के परेड प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों को परेड कुशलता का आंकलन किया।

इंडिया फ्रीडम रन का थीम 'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया है। हमें इसको चिंतित करना है। उन्होंने व्यक्तिगत फिटनेस के साथ स्वच्छता को अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और अन्य लोगों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
दैनिक हिन्दू	11.10.22	4	3-5

'फिटनेस की डोज आधा घंटा रोज' को बनाएं दिनचर्या का हिस्सा : कांबोज

हिसार, 10 अक्टूबर (निस)

आजादी का अमृत महोत्सव के तहत चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय में फिट इंडिया प्रीडम रन 3.0 का आयोजन किया गया। जिसे कुलपति प्रो बीआर काम्बोज ने झंडी दिखाकर रवाना किया। उन्होंने कहा कि प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए।

इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। उन्होंने कहा स्वच्छता और स्वास्थ्य के बीच बहुत गहरा संबंध है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को अपनी जीवन शैली में स्वस्थ व फिट रहने के लिए दौड़ और खेलकूद गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में अपनाने के लिए



हिसार में सोमवार को फिट इंडिया प्रीडम रन 3.0 को झंडी दिखाकर रवाना करते कुलपति प्रो बीआर काम्बोज। -विश

प्रेरित किया जाना है। इस मौके पर छात्र कल्याण निदेशक डॉ अतुल ढोंगड़ा, क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नयी दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जांगजिलोंग, युवा अधिकारी देसराज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ गोविंद निंदल उपस्थित थे। चयन प्रतियोगिता में हरियाणा

प्रदेश से चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे और अंत में एक महीने की कठोर प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाले गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ संध्या शर्मा तथा डॉ महेन्द्र कुमार ने किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
उमर उजाला	11.10.22	4	4-5

स्वस्थ रहने के लिए दी फिटनेस की डोज एचएयू में फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 का हुआ आयोजन



एचएयू में जागरूकता रैली को रवाना करते कुलपति प्रो. बीआर कांबोज।

माई सिटी रिपोर्ट

हिसार। स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवनशैली में शामिल करना चाहिए। ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर कांबोज ने व्यक्त किए।

वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया था। इस दौरान

उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिबिर 2022 के लिए राज्य स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया। चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया। इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय से क्षेत्रीय निदेशक जांगलिलोंग, युवा अधिकारी देसराज, डॉ. गोविंद जिंदल उपस्थित थे।

चयनित 20 छात्र, 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे। एक महीने के प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ. संध्या शर्मा तथा डॉ. महेंद्र कुमार ने किया। हरियाणा तृतीया बटालियन एनसीसी के परेड प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों की परेड कुशलता का आंकलन किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय,
हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाप्ति पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
घर भूमि	11.10.22	9	1-4

एचएयू में फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 का आयोजन योगाभ्यास व व्यायाम जीवन शैली में शामिल करें:

■ स्वस्थ अनमोल धन है, जो उम्र भर
इंसान का साथ देता है: काम्बोज

हरिभूमि न्यूज | हिंसार

प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए।

यह बात हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज ने कही। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर से 31



हिसार। फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 को हरी झंडी दिखाकर खाना करते कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज।

फोटो: हरिभूमि

अक्टूबर तक मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल

धन है, जो उम्र भर इंसान का साथ देता है। उन्होंने व्यक्तिगत फिटनेस के साथ स्वच्छता को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और अन्य लोगों को भी इसके लिए प्रेरित

करने का आह्वान किया। फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया था।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम
आजोत समाचार

दिनांक
11.10.22

पृष्ठ संख्या
8

कॉलम
6-8

योगाभ्यास व शारीरिक व्यायाम को बनाए जीवनशैली का अभिन्न अंग : प्रो. काम्बोज

आजादी का अमृत महोत्सव के तहत एवाएच में फिट इंडिया प्रीडम रन 3.0 का आयोजन

हिसार, 10 अक्टूबर (विरेद वर्मा): प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की खोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवनशैली में शामिल करना चाहिए। ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज ने व्यक्त किए। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक मनाए जा रहे फिट इंडिया प्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो उस भर इंसान का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष फिट इंडिया प्रीडम रन का थीम 'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया



फिट इंडिया प्रीडम रन 3.0 को हरी झंडी दिखाकर रवाना करते कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज।

है। हमें इसको चिर्ताथ करना है। उन्होंने व्यक्तिगत फिटनेस के साथ स्वच्छता को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और अन्य लोगों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा इस दौड़ का विशेष पहलु यह रहा कि छात्रों ने रास्ते में पड़े कचरे को भी इकट्ठा किया।

फिट इंडिया प्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया था। छात्र कल्याण निदेशक डॉ. अतुल खोंगड़ा ने बताया कि इस दौरान उत्तर

क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिविर 2022 के लिए राज्य स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया। घयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया। इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जांगजिलोंग, युवा अधिकारी देसराज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद जिंदल उपस्थित थे। अंत में कार्यक्रम आयोजक डॉ. चन्द्रशेखर डगर ने सभी का धन्यवाद व्यक्त किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
पंजाब डेसरी	11.10.22	4	3-6

योगाभ्यास व शारीरिक व्यायाम को बनाएं जीवन शैली का अभिन्न अंग : प्रो. काम्बोज

■ एच.ए.यू. में फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 का आयोजन

हिसार, 10 अक्टूबर (ब्यूरो): प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए।

ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज ने व्यक्त किए। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत मनाए



फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 को हरी झंडी दिखाकर रवाना करते कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज

जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो उम्र भर इंसान का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष फिट इंडिया फ्रीडम रन का थीम 'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया है। हमें इसको

चरितार्थ करना है।

फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया था। छात्र कल्याण निदेशक डॉ. अतुल डींगड़ा ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिविर 2022 के लिए राज्य स्तरीय ट्रावल

का आयोजन भी किया गया। चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया।

इस अवसर पर, क्षेत्रीय एन.एस.एस. निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जांगलिंग, युवा अधिकारी देसराज व राज्य एन.एस.एस. अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद जिंदल उपस्थित थे।

इस चयन प्रतियोगिता में हरियाणा प्रदेश से चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे और अंत में एक महीने की कठोर प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
सिटी पल्स	10.10.2022	--	--

योगाभ्यास व शारीरिक व्यायाम को बनाए जीवन शैली का अभिन्न अंग : प्रो. काम्बोज

आजादी का अमृत महोत्सव के तहत एचएयू में फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 का आयोजन

सिटी पल्स न्यूज, हिसार। प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज ने व्यक्त किए। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो हमें भर इंसान का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष 'फिट इंडिया फ्रीडम रन का थीम 'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया है। हमें इसको चिंतित करना है। उन्होंने व्यक्तिगत फिटनेस के साथ स्वच्छता को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और अन्य लोगों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा स्वच्छता



फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 को हरी झंडी दिखाकर स्वागत करते कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज

और स्वास्थ्य के बीच बहुत महत्त्व संबंध है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को अपनी जीवन शैली में स्वस्थ व फिट रहने के लिए दौड़ और खेलकूद गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में अपनाने के लिए प्रेरित किया जाना है। उन्होंने कहा इस दौड़ का विशेष फल यह रहा कि छात्रों ने रास्ते में पड़े कचरे को भी इकट्ठा किया।

फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया

था। छात्र कल्याण निदेशक डॉ. अतुल लोंगड़ ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड एवं शिविर 2022 के लिए राज्य स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया। चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया। इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जांगिलोंग, युवा अधिकारी देसराज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद जिंदल

उपस्थित थे। इस चयन प्रतियोगिता में हरियाणा से चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे और प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ. संघ्या शर्मा तथा डॉ. महेन्द्र कुमार ने किया तथा हरियाणा तृतीय अटलियन एनसीसी के परेड प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों की परेड कुशलता का आंकलन किया। कार्यक्रम आयोजक डॉ. चन्द्रशेखर ड्यार ने सभी का धन्यवाद किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
चिराग टाइम्स	10.10.2022	--	--

योगाभ्यास व व्यायाम को बनाए जीवन शैली का अभिन्न अंग : प्रो. काम्बोज

आजादी का अमृत महोत्सव के तहत एचएयू में फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन

चिराग टाइम्स न्यूज



हिसार। प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस को डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज ने व्यक्त किए। ये विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर

से 31 अक्टूबर तक मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो उम्र भर इंसान का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष फिट इंडिया फ्रीडम रन का थीम 'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया है। हमें इसको चिन्ता बनाना है। उन्होंने वर्तमान फिटनेस के साथ स्वच्छता को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और अन्य लोगों को भी

इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा स्वच्छता और स्वास्थ्य के बीच बहुत गहरा संबंध है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को अपनी जीवन शैली में स्वस्थ व फिट रहने के लिए दौड़ और खेलकूद गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में अपनाने के लिए प्रेरित किया जाना है। फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया

गया था। छात्र कल्याण निदेशक डॉ. अतुल चौगड़ा ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिबिर 2022 के लिए राज स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया। इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जगजितसिंग, युवा अधिकारी देसराज राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि ए. गोविंद बिंदल उपस्थित थे। इस चयन प्रतियोगिता में हरियाणा प्रदेश से चयनित 2 छात्र एवं 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे और अंत में एक महीने की कठोर प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
पाँच बजे	10.10.2022	--	--

एचएयू में फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 का आयोजन

पाँच बजे न्यूज

हिसार। प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज ने व्यक्त किए। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो उम्र भर इंसान का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष 'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया है। हमें इसको चिंताथ करना है। उन्होंने व्यक्तिगत फिटनेस के साथ स्वच्छता को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और अन्य लोगों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया।



उन्होंने कहा स्वच्छता और स्वास्थ्य के बीच बहुत गहरा संबंध है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को अपनी जीवन शैली में स्वस्थ व फिट रहने के लिए दौड़ और खेलकूद गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में अपनाने के लिए प्रेरित किया जाना है। उन्होंने कहा इस दौड़ का विशेष पहलु यह रहा कि छात्रों ने रास्ते में पड़े कचरे को भी इकट्ठा किया।

फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया था। छात्र कल्याण निदेशक डॉ. अतुल ढोंगड़ा ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिविर 2022 के लिए राज्य स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया। चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न

विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया। इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक श्री जांगजिलोंग, युवा अधिकारी श्री देसरज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद जिंदल उपस्थित थे। इस चयन प्रतियोगिता में हरियाणा प्रदेश से चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे और अंत में एक महीने की कठोर प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ. संध्या शर्मा तथा डॉ. महेन्द्र कुमार ने किया तथा हरियाणा तृतीया बटालियन एनसीसी के परेड प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों की परेड कुशलता का आंकलन किया। अंत में कार्यक्रम आयोजक डॉ. चन्द्रशेखर डगगर ने सभी का धन्यवाद व्यक्त किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम
समस्त हरियाणा

दिनांक

10.10.2022

पृष्ठ संख्या

--

कॉलम

--

योगाभ्यास को बनाए जीवन शैली का अभिन्न अंग : प्रो. बी.आर. काम्बोज

समस्त हरियाणा न्यूज

हिसार। प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस को योग, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाना चाहिए। इसके लिए अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बी.आर. काम्बोज ने व्यक्त किए। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत 2 अक्टूबर से 31 अक्टूबर तक मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिखाने के उपरान्त बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो उस भर ईमान का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष फिट इंडिया फ्रीडम रन का थीम

'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया है। हमें इसको चिन्ता बनाना है। उन्होंने स्पष्टीकरण के साथ स्वच्छता को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और लोगों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा स्वच्छता और स्वास्थ्य के बीच बहुत गहरा संबंध है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को अपनी जीवन शैली में स्वस्थ व फिट रहने के लिए दौड़ और खेलकूद गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में अपनाने के लिए प्रेरित किया जाना है। उन्होंने कहा इस दौड़ का विशेष फल यह रहा कि छात्रों ने रास्ते में पड़े कचरे को भी इकट्ठा किया। फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया था। छात्र



कल्याण निदेशक डॉ. अमृत खिंगड़ ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूरा सिविल 2022 के लिए राज्य स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया। चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया। इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस

निदेशालय डॉ. दिव्यी से क्षेत्रीय निदेशक श्री जागदीशचंद्र, युवा अधिकारी श्री देवराज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद चिंदल उपस्थित थे। इस चयन प्रतियोगिता में चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्राएं उत्तर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगी और अंत में एक महीने की कठोर प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को

केंद्र पर्यटन पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगी। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ. संजय शर्मा तथा डॉ. महेश कुमार ने किया तथा हरियाणा तृतीय बटावियन एनसीसी के परेड प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों की परेड कुरलता का आंकलन किया। आयोजक डॉ. चन्द्रशेखर खार ने सभी का धन्यवाद व्यक्त किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम

जम-द्वार

दिनांक

10.10.2022

पृष्ठ संख्या

--

कॉलम

--

स्वच्छता और स्वास्थ्य के बीच गहरा संबंध: कुलपति

जम-छोर न्यूज ॥ 10 अक्टूबर

हिसार। प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के मंत्र को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए। ये विचार चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज ने व्यक्त किए। वे विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत मनाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर झंडी दिखाने के उपरांत बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो उम्र भर इंसान का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष फिट इंडिया फ्रीडम रन का धूम आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे



बेमिसाल रखा गया है। हमें इसको चरितार्थ करना है। उन्होंने व्यक्तिगत फिटनेस के साथ स्वच्छता को भी अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने और अन्य लोगों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा स्वच्छता और स्वास्थ्य के बीच बहुत गहरा संबंध है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को अपनी जीवन शैली में स्वस्थ व फिट रहने के लिए दौड़ और खेलकूद गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में अपनाने के लिए प्रेरित करना है। उन्होंने कहा इस दौड़

का विशेष पहलु यह रहा कि विद्यार्थियों ने रास्ते में पड़े कचरे को भी इकट्ठा किया। फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के छात्र कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ की ओर से किया गया था। छात्र कल्याण निदेशक डॉ. अतुल दोगड़ा ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिविर के लिए राज्य स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया। चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों

ने भाग लिया। इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जांगजिलोंग, युवा अधिकारी देसराज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद जिंदल उपस्थित थे। इस चयन प्रतियोगिता में प्रदेश से चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्राएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे और अंत में एक महीने के प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ. संध्या शर्मा तथा डॉ. महेन्द्र कुमार ने किया तथा हरियाणा तृतीया बटालियन एनसीसी के परेड प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों को परेड कुशलता का आंकलन किया। अंत में कार्यक्रम आयोजक डॉ. चन्द्रशेखर डागर ने सभी का धन्यवाद व्यक्त किया।



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
दि-सुस्थान सभार/2	10.10.2022	--	--

| हिसार: योगाभ्यास को जीवन शैली का अंग बनाएं: कुलपति कम्बोज

10 Oct 2022 18:00:17



आजादी का अमृत महोत्सव के तहत एचएयू में फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 का आयोजन

हिंसार, 10 अक्टूबर (दि.स.)। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर कम्बोज ने कहा है कि प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने के लिए फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज के सब को अपनी दिनचर्या का हिस्सा अवश्य बनाना चाहिए। इसके लिए प्रतिदिन योगाभ्यास, शारीरिक व्यायाम सहित अन्य गतिविधियों को अपनी जीवन शैली में शामिल करना चाहिए।

कुलपति प्रो. बीआर कम्बोज सोमवार को विश्वविद्यालय में आजादी का अमृत महोत्सव के तहत दो अक्तूबर से 31 अक्तूबर तक मलाए जा रहे फिट इंडिया फ्रीडम रन 3.0 कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर हरी झंडी दिवाने के उपरान्त कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कही। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य अनमोल धन है, जो उच्च और कुशल का साथ देता है। उन्होंने कहा कि इस वर्ष फिट इंडिया फ्रीडम रन का थीम 'आजादी के 75 साल, फिटनेस रहे बेमिसाल' रखा गया है।

फिट इंडिया फ्रीडम रन का आयोजन विश्वविद्यालय के उच्च कल्याण निदेशालय के राष्ट्रीय सेवा योजना एकोष्ठ की ओर से किया गया था। उच्च कल्याण निदेशक डॉ. अतुल दीगड़ा ने बताया कि इस दौरान उत्तर क्षेत्र गणतंत्र दिवस परेड पूर्व शिविर 2022 के लिए राज्य स्तरीय ट्रायल का आयोजन भी किया गया। चयन प्रक्रिया में भाग लेने के लिए हरियाणा प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों से 195 राष्ट्रीय स्वयंसेवकों ने भाग लिया।

इस अवसर पर क्षेत्रीय एनएसएस निदेशालय नई दिल्ली से क्षेत्रीय निदेशक जांबजिबॉन, युवा अधिकारी देसराज व राज्य एनएसएस अधिकारी के प्रतिनिधि डॉ. गोविंद मिंटल उपस्थित थे। इस चयन प्रतियोगिता में हरियाणा प्रदेश से चयनित 20 छात्र एवं 20 छात्रएं अंतर क्षेत्रीय चयन प्रतियोगिता में भाग लेंगे और अंत में एक महीने की कठोर प्रशिक्षण के बाद 26 जनवरी को कर्तव्य पथ पर होने वाली गणतंत्र दिवस परेड में भाग लेंगे। सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आंकलन डॉ. संध्या शर्मा तथा डॉ. महेन्द्र कुमार ने किया तथा हरियाणा नृत्यायतन एनसीसी के परेड प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों की परेड कुशलता का आंकलन किया। कार्यक्रम आयोजक डॉ. चन्द्रशेखर ठाकुर ने सभी का आभार जताया।

हिन्दुस्थान समाचार/राजेवर/संजीव



चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय,
हिसार, लोक संपर्क कार्यालय

समाचार पत्र का नाम	दिनांक	पृष्ठ संख्या	कॉलम
उमर उजाला	10.10.22	2	7-8



कृषि विशेषज्ञ की सलाह

डॉ. टीपी मलिक

बिजाई के लिए 20 तक का समय उपयुक्त

हिसार। सरसों व राया की समय पर बिजाई व सिंचित अवस्था के लिए किसान आरएच 725 व आरएच 749 किस्मों का चयन करें। इनकी औसत पैदावार 10 से 11.5 क्विंटल है। समय पर बिजाई व बाराही अवस्था के लिए आरएच 761 व आरएच 725 किस्म लगा सकते हैं। पछेती बिजाई के लिए आरएच 30 किस्म लगा सकते हैं। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर कांबोज के अनुसार

बीज के अच्छे अंकुरण के लिए खेत को अच्छी तरह से तैयार करना चाहिए। सिंचित क्षेत्रों में दर्मियान मिट्टी पलटने वाले हल से पहले जुताई करने 2 से 3 बार देसी हल, हैरो या कल्टीवेटर से जुताई कर सुहागा अवश्य लगाएं। अच्छी फसल के लिए सरसों या राया के लिए सिंचित अवस्था में प्रति एकड़ सवा किलोग्राम बीज लेना चाहिए। बाराही हालत में नमी के अनुसार 2 किलोग्राम बीज प्रति एकड़ डालें।