

Report of initiatives taken by
Department of Physical Education
Session: 2018-19



**Mehr Chand Mahajan
DAV College for Women**
Sector 36-A, Chandigarh (U.T.)

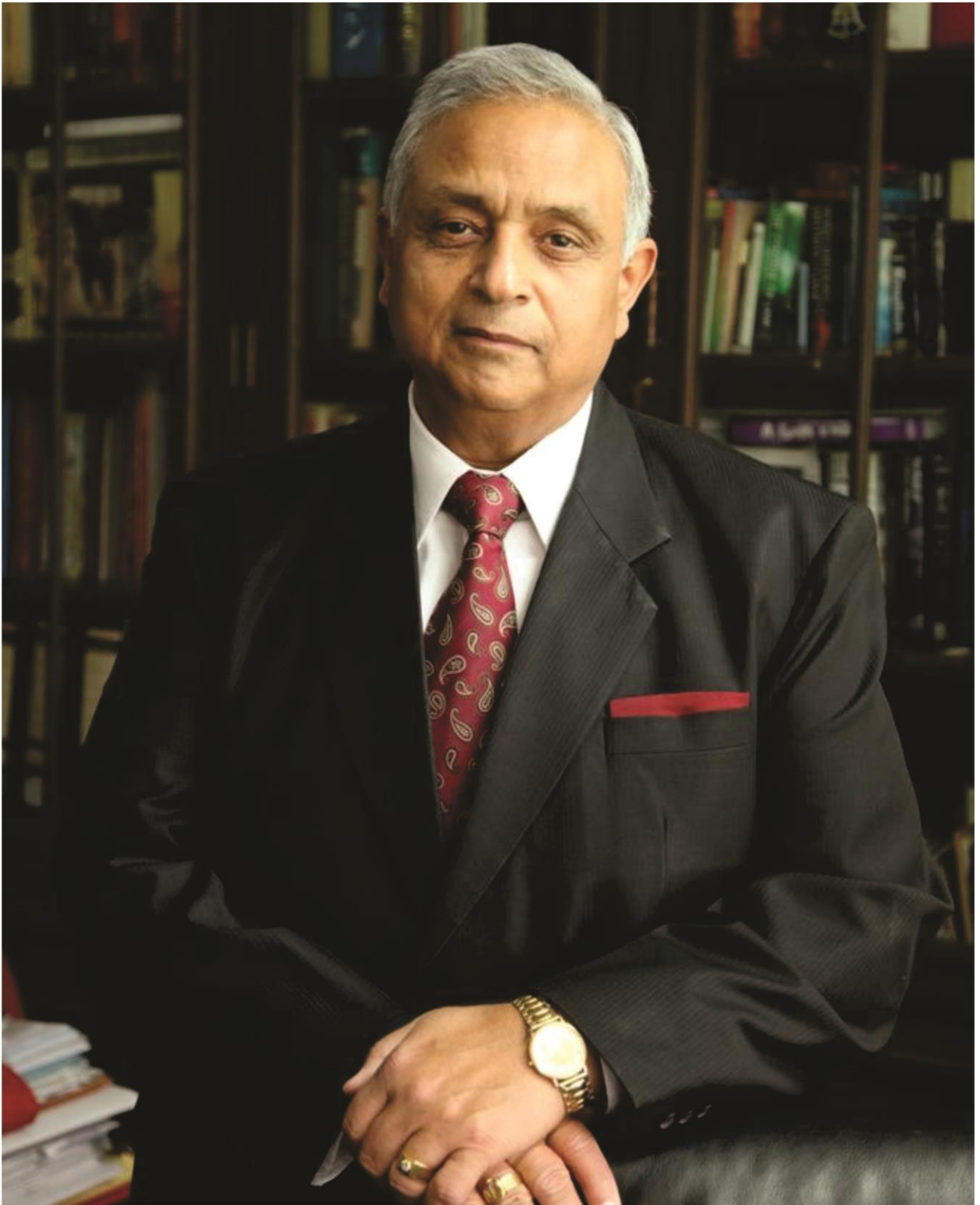
Website: <https://mcmdavcwchd.edu.in/>
Email: principal_mcmdavcollege@yahoo.com

Our Beacon of Light



MAHARISHI SWAMI DAYANAND SARASWATI

Our Guide and Mentor



Dr. Punam Suri Ji, Padma Shree Awardee

Hon'ble President

DAV College Managing Committee

New Delhi

“Never let your head hang down. Never
give up and sit down and grieve.
Find another way.”

Satchel Paige

American professional baseball pitcher.

Mentor Teachers Felicitated



In recognition of the diligent efforts of the Physical Education Department that brought home the Panjab University Women's General Sports Efficiency Shield for the record 38th time in 2018, Dr. Anju Lata, Head- Department of Physical Education along with two Asst. Professors of the department, Dr. Veena Rani and Ms. Sonia, were felicitated by H.E. Dr.Krishan Kant Paul, Hon'ble Governor, Uttarakhand during the Annual Prize Distribution Function of the college.



Dr. Veena Rani, Asst. Prof. Department of Physical Education



Ms. Sonia, Asst. Prof. Department of Physical Education

National Sports Day observed at MCM

The Physical Education Department of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women celebrated National Sports Day on 29th August 2018. With the aim of sensitising students about the importance of sports in life and rekindling love for sports among them, various events were organised as part of the celebrations. A yoga session in the morning marked the beginning of the day followed by intra mural for chess, volleyball and basketball. A friendly Hockey match in the memory of Major Dhyan Chand was a befitting tribute to the great hockey legend. The students of Physical Education Department also took an oath to raise awareness in the society about the importance of health.



Principal of the college Dr.Nisha Bhargava commended this initiative of the department and said that the importance of sports in our lives can never be overemphasized. She added that as it is said that in a healthy body resides a healthy mind, sports are crucial for a fulfilling life.

एमसीएम डीएवी कॉलेज में राष्ट्रीय खेल दिवस



चंडीगढ़ (अप्रस)। एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन चंडीगढ़ के फिजिकल एजुकेशन विभाग ने राष्ट्रीय खेल दिवस (नेशनल स्पोर्ट्सडे) मनाया। जीवन में खेलकूद की आवश्यकता तथा खेलकूद के प्रति छात्रों का रुझान बढ़ाने के लिए इस दिवस पर कई

गतिविधियां संपन्न हुईं। प्रातःकाल एक योगासन सत्र रखा गया। इसके बाद शतरंज, वॉलीबाल एवं बास्केट बाल प्रतियोगिता आयोजित की गयी। मेजर ध्यानचंद जैसे प्रख्यात हॉकी खिलाड़ी को सुयोग्य श्रद्धांजलि स्वरूप एक फेंडली हॉकी मैच का आयोजन भी किया गया। फिजिकल एजुकेशन

विभाग की छात्राओं ने स्पोर्ट्स के महत्व के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाने के लिए संकल्प लिया। इस अवसर पर कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि खेलकूद का जीवन में विशेष महत्व होता है क्योंकि एक स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मनका निवास होता है।

एमसीएम में मनाया राष्ट्रीय खेल दिवस

चंडीगढ़ (ट्रिब्यून) : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के फिजिकल एजुकेशन विभाग ने राष्ट्रीय खेल दिवस मनाया। जीवन में खेलकूद की आवश्यकता और खेलकूद के प्रति छात्रों का रुझान बढ़ाने के लिए कई गतिविधियां संपन्न हुईं। प्रातःकाल एक योगासन सत्र रखा गया। इसके बाद शतरंज, वॉलीबाल एवं बास्केटबाल प्रतियोगिताएं आयोजित की गयीं। मेजर ध्यानचंद जैसे प्रख्यात हॉकी खिलाड़ी को श्रद्धांजलि स्वरूप एक फेंडली हॉकी मैच का आयोजन भी किया गया। फिजिकल एजुकेशन विभाग की छात्राओं ने स्पोर्ट्स के महत्व के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाने के लिए संकल्प लिया। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि खेलकूद का जीवन में विशेष महत्व है क्योंकि एक स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का निवास होता है।

National Sports Day observed at MCM



CHANDIGARH, AUG 29

The Physical Education Department of MCM DAV College for Women celebrated National Sports Day here today. With the aim of sensitising students about the importance of sports in life and rekindling love for sports among them, various events were organised as part of the celebrations. A yoga session in the morning marked the beginning of the day followed by intra mural for chess, volley ball and basketball. A friendly Hockey match in the memory of Major Dhyam Chand was a befitting tribute to the great hockey legend. The students of Physical Education Department also took an oath to raise awareness in the society about the importance of health. Principal of the college Dr.Nisha Bhargava commended this initiative of the department and said that the importance of sports in our lives can never be overemphasized.



एमसीएम कॉलेज में राष्ट्रीय खेल दिवस पर करवाए खेल मुकाबलों में भाग लेती हुई छात्राएं। (छाया : गुरिन्दर सिंह)

राष्ट्रीय खेल दिवस : विभिन्न खेल मुकाबलों में छात्राओं ने लिया भाग

चंडीगढ़, 29 अगस्त (पठानिया) : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन चंडीगढ़ के फिजिकल एजुकेशन विभाग ने राष्ट्रीय खेल दिवस (नेशनल स्पोर्ट्स डे) मनाया। जीवन में खेलकूद की आवश्यकता तथा खेलकूद के प्रति छात्राओं का रुझान बढ़ाने के लिए इस दिवस पर कई गतिविधियां संपन्न हुईं। प्रातःकाल एक योगासन सत्र रखा गया। इसके बाद शतरंज, वॉलीबाल एवं बास्केटबाल प्रतियोगिता आयोजित की

गई। मेजर ध्यानचंद जैसे प्रख्यात हॉकी खिलाड़ी को सुयोग्य श्रद्धांजलि स्वरूप एक फेंडली हॉकी मैच का आयोजन भी किया गया। फिजिकल एजुकेशन विभाग की छात्राओं ने स्पोर्ट्स के महत्व के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाने के लिए संकल्प लिया। इस अवसर पर कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि खेलकूद का जीवन में विशेष महत्व होता है, क्योंकि एक स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का निवास होता है।

MCM swimmer wins Inter-University Championship

Adding another feather to Mehr Chand Mahajan DAV College for Women's cap, the college's international swimmer- Chahat Arora of MA (Sociology) brought laurels by winning 2 gold medals in All India Inter-University Swimming Championship held in Bangalore. With her immaculate swimming prowess, Chahat won a gold each in 50m breaststroke and 100m breaststroke. The



golden girl of the college, Chahat has been a stupendous performer and has to her credit 2 gold in in Senior National Aquatic Championship, 8 gold medals in intercollegiate championships, a new meet record at national level and a Bronze in 9th Asian Championship in 4×100 Medley in 2017-18. The champion thanked her teachers for their consistent guidance, support and motivation to hone her talent.

Principal Dr.Nisha Bhargava congratulated the Physical Education Department of the college for grooming sportspersons like Taniya Bhatia and Chahat Arora who have not only done the college proud but also brought good name to the nation.

शहर की तैराक चाहत ने बंगलुरु में जीता सोना

एमसीएम डीएवी कॉलेज सेक्टर-36 की छात्रा हैं चाहत अरोड़ा

जासं, चंडीगढ़ : एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमेन सेक्टर-36 में एमए (समाजशास्त्र) की छात्रा और अंतरराष्ट्रीय तैराक चाहत अरोड़ा ने बंगलुरु में आयोजित अखिल भारतीय इंटर-यूनिवर्सिटी तैराकी चैंपियनशिप में दो स्वर्ण पदक जीते हैं। चाहत ने 50 मीटर ब्रेस्ट स्ट्रोक और 100 मीटर ब्रेस्ट स्ट्रोक में स्वर्ण जीता।

चाहत की इस शानदार उपलब्धि से पहले भी चाहत ने राष्ट्रीय पुरस्कारों से विभूषित चाहत ने वरिष्ठ राष्ट्रीय एकात्मिक चैंपियनशिप में भी 2 स्वर्ण पदक, राष्ट्रीय स्तर पर एक नया मीटिंग रिकॉर्ड और 9वें एशियाई चैंपियनशिप में कांस्य पदक हासिल किया है। चाहत की इस उपलब्धि पर कॉलेज प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने बधाई दी है।



चाहत अरोड़ा।

management during the ongoing annual national cadet corps (NCC) training camp at Jawahar Navodaya Vidyalaya, Sector 25, on Monday. The camp was organised in coordination with first Chandigarh girls battalion in-charge Col VK Sheoran, Maj Rajata Divakaran from the NCC unit, the Centre for Social Work chairperson Monica Munjal Singh and and Gaurav Gaur from the faculty of social work. Over 300 NCC girl cadets participated in the workshop.

MCM swimmer wins inter-varsity championship

CHANDIGARH: A student of MCM DAV College for Women, Sector 36, Chahat Arora, who is pursuing her masters in sociology won two gold

medals at the All India Inter-University Swimming Championship held at Bangalore. She won gold medals in the 50m breaststroke and 100m breaststroke. Principal Nisha Bhargava congratulated the college's physical education department for grooming ace sportspersons.

PU professor honoured by Indian Society for Parasitology

CHANDIGARH: The Indian Society for Parasitology honoured Panjab University (PU) department of zoology professor Sukhbir Kaur during the 29th National Congress of Parasitology that was held at the University of Hyderabad recently. Kaur's keynote address was 'From crude extracts to Potential metabolites.'

इंटर यूनिवर्सिटी तैराकी चैंपियनशिप

एम.सी.एम. की गोल्डन गर्ल चाहत ने जीते 2 स्वर्ण

चंडीगढ़, 5 नवम्बर (संस्पर्ध): एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वूमन, सेक्टर-36, चंडीगढ़ के एम.ए. (समाजशास्त्र) की छात्रा एवं अंतरराष्ट्रीय तैराक चाहत अरोड़ा ने बंगलुरु में आयोजित अखिल भारतीय इंटर यूनिवर्सिटी तैराकी चैंपियनशिप में 2 स्वर्ण पदक जीते। चाहत ने 50 मीटर ब्रेस्ट स्ट्रोक और 100 मीटर ब्रेस्ट स्ट्रोक में स्वर्ण जीता।

अपनी इस शानदार उपलब्धि से पहले भी एम.सी.एम. की इस गोल्डन गर्ल एवं राष्ट्रीय पुरस्कारों से विभूषित चाहत ने वरिष्ठ राष्ट्रीय एकात्मिक चैंपियनशिप में भी 2 स्वर्ण पदक, इंटर कॉलेजियेट चैंपियनशिप में 8 स्वर्ण पदक, राष्ट्रीय स्तर पर एक नया मीटिंग रिकॉर्ड और 9वें एशियाई चैंपियनशिप में कांस्य पदक जीता है। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग को जल्दा भादिया और चाहत अरोड़ा जैसे खिलाड़ियों को तैराक बनाने के लिए बधाई दी, जिन्होंने कॉलेज को गौरवान्वित किया है।



एमसीएम की चाहत अरोड़ा ने इंटर-यूनिवर्सिटी चैंपियनशिप में जीता स्वर्ण पदक

अर्थ प्रकाश संवाददाता

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वूमन, चंडीगढ़ के एमए (समाजशास्त्र) की छात्रा एवं अंतरराष्ट्रीय तैराक चाहत अरोड़ा ने बंगलुरु में आयोजित अखिल भारतीय इंटर-यूनिवर्सिटी तैराकी चैंपियनशिप में 2 स्वर्ण पदक जीतकर कॉलेज का नाम रोशन किया।

चाहत ने 50 मीटर ब्रेस्टस्ट्रोक और 100 मीटर ब्रेस्टस्ट्रोक में स्वर्ण जीता। अपनी इस शानदार उपलब्धि से पहले भी एमसीएम की इस गोल्डन गर्ल एवं राष्ट्रीय पुरस्कारों से विभूषित चाहत ने वरिष्ठ राष्ट्रीय एकात्मिक चैंपियनशिप में भी 2 स्वर्ण पदक, इंटर कॉलेजियेट चैंपियनशिप में 8 स्वर्ण पदक, राष्ट्रीय स्तर पर एक नया मीटिंग रिकॉर्ड और 9वें एशियाई चैंपियनशिप में कांस्य पदक प्राप्त किया है।

चाहत ने अपने प्रतिभा को रोल



को निखारने एवं निरंतर मार्गदर्शन, समर्थन और प्रेरणा के लिए अपने शिक्षकों का धन्यवाद किया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग को तान्या भादिया और चाहत अरोड़ा जैसे खिलाड़ियों को तैराक बनाने के लिए बधाई दी जिन्होंने कॉलेज को गौरवान्वित किया है।

British football coach visits MCM DAV-36



Chandigarh: English football player and coach Tommy Taylor, who is the manager of the Norwegian Second Division team Floy Football Club, visited MCM DAV College for Women, Sector 36 on Friday. Taylor, who has nearly three decades' experience of coaching football clubs of European countries, interacted with the football players of the college and gave valuable tips to them. Apart from being member of the England Under-23 football team, he also played for top tier British club West Ham United from 1970-79. His visit to the college was organized by the chairman of England's Southall Football Club (FC), Charanjit Singh Gill. As part of his coaching drill, Taylor split the college soccer players into two groups and made them play to analyse their game. Later, he shared his feedback with the players and college football team coach. Southall Football Club chairman Mr. Gill said they would be visiting other educational institutes in Punjab and offer training to the budding players as part of their India tour. In sports, the college has won the Panjab University Women's General Efficiency Shield a record 38 times in its existence of 50 years. Principal of the college Dr Nisha Bhargava said top facilities and professional coaching are being provided to the college players in various disciplines.



ब्रिटिश फुटबॉल कोच ने एमसीएम डीएवी कॉलेज का किया दौरा



एमसीएम डीएवी कॉलेज में लड़कियों को फुटबॉल की ट्रेनिंग देते राष्ट्रीय फुटबॉल खिलाड़ी और कोच टॉमी टेलर।

चंडीगढ़ (वैभव): अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल खिलाड़ी और कोच टॉमी टेलर, जो नॉर्वेजियन सेकेंड डिवीजन टीम फॉली फुटबॉल क्लब के प्रबंधक हैं, ने शुक्रवार को एमसीएम डीएवी कॉलेज सेक्टर-36 का दौरा किया। टॉमी टेलर ने एमसीएम डीएवी कॉलेज में उन्होंने कॉलेज के फुटबॉल खिलाड़ियों से बातचीत की और उन्हें मूल्यवान सुझाव दिए। उन्होंने एमसीएम में अपनी कोचिंग ड्रिल के लिए कॉलेज सॉकर खिलाड़ियों को दो समूहों में विभाजित किया और उन्हें अपनी खेल प्रतिभा दिखाने का मौका दिया। कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने कहा कि कॉलेज ने अपने पचास वर्षों के अस्तित्व में पंजाब यूनिवर्सिटी विमेंस जनरल एफिशिएंसी स्पोर्ट्स शिल्ड 38 बार जीती है।

अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल खिलाड़ी और कोच टॉमीटेलर ने शुक्रवार को एमसीएम डीएवी कॉलेज का दौरा किया

अर्थ प्रकाश चंदादत्ता

चंडीगढ़। अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल खिलाड़ी और कोच टॉमीटेलर, नॉर्वेजियन सेकेंड डिवीजन टीम फॉली फुटबॉल क्लब के प्रबंधक हैं, ने शुक्रवार को एमसीएम डीएवी कॉलेज का दौरा किया।

टॉमी टेलर जिन्हें यूरोपीय देशों के कोचिंग फुटबॉल क्लबों का लगभग तीन दशकों का अनुभव है एवं उन्होंने इंग्लैंड अंडर -23 फुटबॉल टीम के सदस्य होने के अलावा, उन्होंने 1970-79 तक शीर्ष स्तरीय ब्रिटिश क्लब वेस्ट हैमयूनाइटेड के लिए भी खेला। एमसीएम डीएवी कॉलेज में उन्होंने कॉलेज के फुटबॉल खिलाड़ियों से बातचीत की और उन्हें



ब्रिटिश कोच ने सिखाये फुटबाल के गुर

चंडीगढ़, 28 सितंबर (ट्रिब्यून)

नॉर्वेजियन सेकेंड डिवीजन टीम फॉली फुटबॉल क्लब के प्रबंधक और अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल खिलाड़ी एवं कोच टॉमी टेलर ने शुक्रवार को एमसीएम डीएवी कॉलेज का दौरा किया और उदीयमान फुटबालर्स को खेल के गुर सिखाये। टॉमी टेलर को यूरोपीय देशों के कोचिंग फुटबॉल क्लबों का लगभग तीन दशक का अनुभव है।

उन्होंने इंग्लैंड अंडर-23 फुटबॉल टीम के सदस्य होने के

अलावा 1970-72 तक शीर्ष स्तरीय ब्रिटिश क्लब वेस्ट हैम यूनाइटेड के लिए भी खेला। एमसीएम डीएवी कॉलेज में उन्होंने फुटबॉल खिलाड़ियों से बातचीत की और कई टिप्स दिये। उन्होंने एमसीएम में अपनी कोचिंग ड्रिल के लिए कॉलेज सॉकर खिलाड़ियों को दो समूहों में विभाजित किया और उन्हें अपनी खेल प्रतिभा दिखाने का मौका दिया।

बाद में उन्होंने खिलाड़ियों और कॉलेज की फिजिकल एजुकेशन डिपार्टमेंट की शिक्षिकाओं के साथ

अपनी प्रतिक्रिया साझा की। इसी अवसर पर उपस्थित साउथॉल फुटबाल क्लब के चेयरमैन चरणजीत गिल ने कहा कि वे पंजाब में अन्य शैक्षिक संस्थानों का दौरा करेंगे और उभरते खिलाड़ियों को प्रशिक्षण भी देंगे। कॉलेज प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि कॉलेज ने अपने 50 वर्षों के अस्तित्व में पंजाब यूनिवर्सिटी विमेंस जनरल एफिशिएंसी स्पोर्ट्स शिल्ड 38 बार जीती है और खेलों के लिये वे हर सुविधाएं भी उपलब्ध करा रहे हैं।

ब्रिटिश फुटबाल कोच द्वारा एम. सी. एम. का दौरा

चंडीगढ़, 28 सितम्बर (पठानिया) : अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल खिलाड़ी और कोच टॉमी टेलर, जो नॉर्वेजियन सेकेंड डिवीजन टीम फॉली फुटबॉल क्लब के प्रबंधक हैं, ने शुक्रवार को एमसीएम डीएवी कॉलेज का दौरा किया। टॉमी टेलर जिन्हें यूरोपीय देशों के कोचिंग फुटबॉल क्लबों का लगभग तीन दशकों का अनुभव है एवं उन्होंने इंग्लैंड अंडर -13 फुटबॉल टीम के सदस्य होने के अलावा, उन्होंने 1970-79 तक शीर्ष स्तरीय ब्रिटिश क्लब वेस्ट हैमयूनाइटेड के लिए भी खेला। एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज में उन्होंने कॉलेज के फुटबॉल खिलाड़ियों से बातचीत की और उन्हें मूल्यवान सुझाव दिए। उन्होंने एमसीएम में अपनी कोचिंग ड्रिल के लिए कॉलेज सॉकर खिलाड़ियों को दो समूहों में विभाजित किया और उन्हें अपनी खेल प्रतिभा दिखाने का मौका दिया, बाद में उन्होंने खिलाड़ियों और कॉलेज की फिजिकल एजुकेशन डिपार्टमेंट की शिक्षिकाओं के साथ अपनी प्रतिक्रिया सांझा की। इसी अवसर पर उपस्थित साउथॉल फुटबाल क्लब के चेयरमैन चरणजीत गिल ने कहा कि वे पंजाब में अन्य शैक्षिक संस्थानों का दौरा करेंगे और अपने भारत दौरे के हिस्से के रूप में उभरते खिलाड़ियों को प्रशिक्षण देंगे।

MCM's gymnastics prodigy shines at Inter-University Championship



Adding another feather to the cap of MCM DAV College for Women, Palak Kour Bijral- a gymnast who has brought laurels to the nation at various prestigious international championships, won the title of Best All-round Gymnast at the All India Inter-University Rhythmic Gymnastics Championship held at Panjab University. Palak bagged 4 gold and 1 silver medal at the championship, thereby proving her acumen once again. A decorated gymnast with Sher-i-Kashmir Award (2009) and State Award (2014), Palak has 38 medals to her credit in different National Championships and has made a mark for herself by representing India at prominent international events like 20th Commonwealth Games, Scotland (2014) and FIG RG World Cup, Tashkent (2014), among others. Principal Dr.Nisha Bhargava congratulated Palak on her feat and said that the persistent efforts and expertise of the faculty of Physical Education department has nurtured players of eminence like Taniya Bhatia, Harleen Kaur Deol and Ridhima Aggarwal. She added that the department's efforts have also been recognised by PU in the form of conferring of PU Women's General Efficiency Sports Shield 38 times in the college's existence of 50 years.

इंटर यूनिवर्सिटी चैम्पियनशिप में एमसीएम जिम्नास्ट ने मारी बाजी



एमसीएम कालेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने अंतर्राष्ट्रीय चैम्पियनशिप जीतने के लिए पलक कौर बिजराल को जिम्नास्ट का खिताब देकर बधाई देते हुए। (छाया : गुरिन्दर सिंह)

चंडीगढ़, 21 नवम्बर (पटनाया) : पंजाब यूनिवर्सिटी में आयोजित आल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी रिदमिक जिम्नास्टिक्स चैम्पियनशिप में भिन्न भिन्न प्रतिष्ठित अंतर्राष्ट्रीय चैम्पियनशिप जीतने के लिए विख्यात एमसीएम की पलक कौर बिजराल ने बेस्ट आल राउंड जिम्नास्टिका खिताब जीतकर कॉलेज का नाम रोशन किया है। चैम्पियनशिप में चार स्वर्ण और एक रजत पदक जीतकर पलक ने एकबार फिर अपना दमखम

दिखाया है। 2009 में शेर-ए-कश्मीर अवार्ड तथा 2014 में स्टेट अवार्ड से अलंकृत पलक ने विभिन्न राष्ट्रीय चैम्पियनशिप में कुल मिलकर 38 पदक हासिल किये हैं तथा महत्वपूर्ण अंतर्राष्ट्रीय खेलों जैसे बीसवें कॉमनवेल्थ गेम्स, स्कॉटलैंड (2014) एवं एफ आई जी आर वर्ल्ड कप, ताशकंद (2014) में भारत का प्रतिनिधित्व भी किया है। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने पलक को

उसके उपलब्धियों के लिए बधाई देते हुए कहा कि कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग के अथक प्रयासों और अनुशासित मार्गदर्शन से तानिया भाटिया, हल्लोन कौर देवोल एवं रिदमा अग्रवाल जैसे कई नामचीन खिलाड़ियों को प्रेरणा मिली। इसी विभाग के परिश्रम और लगन के कारण पंजाब यूनिवर्सिटी का जनरल एफिशिएंसी अवार्ड कॉलेज ने अपने 50 वर्षों के इतिहास में 38 बार हासिल किया।

एम.सी.एम. की पलक ने मारी बाजी, जीता खिताब

चंडीगढ़ (वैभव) : पंजाब यूनिवर्सिटी में आयोजित आल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी रिदमिक जिम्नास्टिक्स चैम्पियनशिप में एम.सी.एम. की पलक कौर बिजराल ने बेस्ट आल राउंड जिम्नास्ट का खिताब जीतकर कॉलेज का नाम रोशन किया है। चैम्पियनशिप में चार स्वर्ण और एक रजत पदक जीतकर पलक ने एक बार फिर अपना दमखम दिखाया है। 2009 में शेर-ए-कश्मीर अवार्ड तथा 2014 में स्टेट अवार्ड से अलंकृत पलक ने विभिन्न राष्ट्रीय चैम्पियनशिप में कुल मिलकर 38 पदक हासिल किए हैं तथा महत्वपूर्ण अंतर्राष्ट्रीय खेलों जैसे बीसवें कॉमनवेल्थ गेम्स, स्कॉटलैंड (2014) एवं एफ.आई.जी.आर वर्ल्ड कप, ताशकंद (2014) में भारत का प्रतिनिधित्व भी किया है। कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने पलक को उसकी उपलब्धियों के लिए बधाई देते हुए कहा कि कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग के अथक प्रयासों और अनुशासित मार्गदर्शन कई नामचीन खिलाड़ियों को प्रेरणा मिली। इसी विभाग के परिश्रम और लगन के कारण पंजाब यूनिवर्सिटी का जनरल एफिशिएंसी अवार्ड कॉलेज ने अपने 50 वर्षों के इतिहास में 38 बार हासिल किया।

इंटर यूनिवर्सिटी चैम्पियनशिप में एमसीएम जिम्नास्ट ने बाजी मारी



अर्थ प्रकाश संवाददाता

चंडीगढ़। पंजाब यूनिवर्सिटी में आयोजित आल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी रिदमिक जिम्नास्टिक्स चैम्पियनशिप में भिन्न भिन्न प्रतिष्ठित अंतर्राष्ट्रीय चैम्पियनशिप जीतने के लिए विख्यात एमसीएम की पलक कौर बिजराल ने बेस्ट आल राउंड जिम्नास्टिका खिताब जीतकर कॉलेज का नाम रोशन किया है। चैम्पियनशिप में चार स्वर्ण और एक

रजत पदक जीतकर पलक ने एक बार फिर अपना दमखम दिखाया है। 2009 में शेर-ए-कश्मीर अवार्ड तथा 2014 में स्टेट अवार्ड से अलंकृत पलक ने विभिन्न राष्ट्रीय चैम्पियनशिप में कुल मिलकर 38 पदक हासिल किये हैं तथा महत्वपूर्ण अंतर्राष्ट्रीय खेलों जैसे 20वें कॉमनवेल्थ गेम्स, स्कॉटलैंड (2014) एवं एफ आई जी आर वर्ल्ड कप, ताशकंद (2014) में भारत का प्रतिनिधित्व भी किया है।

इंटर यूनिवर्सिटी जिम्नास्ट में पलक को 4 गोल्ड

चंडीगढ़ (ट्रिव्यू) : पंजाब यूनिवर्सिटी में आयोजित आल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी रिदमिक जिम्नास्टिक्स चैम्पियनशिप में एमसीएम की पलक कौर बिजराल ने बेस्ट आल राउंड जिम्नास्ट का खिताब जीता। चैम्पियनशिप में चार स्वर्ण और एक रजत पदक जीतकर पलक ने एक बार फिर अपना दमखम दिखाया है। 2009 में शेर-ए-कश्मीर अवार्ड तथा 2014 में स्टेट अवार्ड से अलंकृत पलक ने विभिन्न राष्ट्रीय चैम्पियनशिप में कुल मिलकर 38 पदक हासिल किये हैं। कॉमनवेल्थ गेम्स, स्कॉटलैंड (2014) एवं एफ आई जी आर वर्ल्ड कप, ताशकंद (2014) में भारत का प्रतिनिधित्व भी किया है।

Report of Initiatives taken by Department of Physical Education (2018 to 2019)

Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

MCM students shine in sporting events

Bringing laurels to the college, the students of Physical Education Department at MCM DAV College for Women proved their mettle in different sporting events held recently. The college's Soft Tennis team emerged as the Champions of PU Inter-College Soft Tennis Championship 2018 by grabbing Gold in both doubles and team.



The college also won overall Silver in PU Inter-College Karate Championship and PU Inter-College Fencing Championship. 3 Bronze in PU Inter-College Judo Championship also fell in the college's kitty. MCM's international shooter Vanshika also added to the string of the department's achievements by winning 2 Gold and 2 Silver in Punjab State Open Shooting, 2 Gold in North Zone Shooting Championship 2018, 1 Gold (Individual) and 1 Silver (Team) in 62nd National Shooting Championship, and Bronze in 50m during PU Inter-College Shooting Championship.

Congratulating the students for their superlative performance, Principal Dr.Nisha Bhargava said that such accolades are the result of the arduous efforts and dedication of the faculty and students of the Physical Education department.

खेल आयोजनों में एमसीएम की छात्राओं का उत्कृष्ट प्रदर्शन

चंडीगढ़ (वैभव): हाल ही में आयोजित विभिन्न खेल आयोजनों में एमसीएम डीएवी कॉलेज की फिजिकल एजुकेशन विभाग की छात्राओं ने उत्कृष्ट प्रदर्शन कर अपना लोहा मनवाया। कॉलेज की सॉफ्ट टेनिस टीम पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज सॉफ्ट टेनिस चैंपियनशिप 2018 में चैंपियंस बनी। इसके अलावा युगल एवं टीम दोनों प्रतियोगिताओं ने कॉलेज की छात्राओं ने स्वर्ण पदक अपने नाम किया। कॉलेज ने पीयू इंटर-कॉलेज कराटे चैंपियनशिप और पीयू इंटर-कॉलेज फैंसिंग चैंपियनशिप में भी रजत पदक जीता। पीयू इंटर-कॉलेज जूडो चैंपियनशिप में 3 कांस्य पदक कॉलेज की टीम ने अपने नाम किए।



खिताबी वैशिका अपने मैडलों के साथ।

एमसीएम के अंतरराष्ट्रीय शूटर वांशुका ने पंजाब राज्य ओपन शूटिंग में 2 स्वर्ण और 2 रजत पदक, नार्थ जोन शूटिंग चैंपियनशिप 2018 में 2 स्वर्ण, 62 वें राष्ट्रीय शूटिंग में 1 स्वर्ण (व्यक्तिगत) और 1 रजत (टीम) तथा पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज शूटिंग चैंपियनशिप के दौरान 50 मीटर में कांस्य पदक जीतकर कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग की उपलब्धियों की सूची को और बढ़ा दिया। छात्राओं को उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए बधाई देते हुए कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने कहा कि इस तरह के सम्मान फिजिकल एजुकेशन विभाग के अनथक प्रयासों और छात्राओं के कठिन परिश्रम और समर्पण का परिणाम है।

इंटर कॉलेज खेल मुकाबलों में एमसीएम डीएवी का दबदबा

प्रतियोगिता

- कॉलेज की टीम सॉफ्ट टेनिस चैंपियनशिप में रही चैंपियन
- शूटर वांशुका ने पंजाब राज्य ओपन शूटिंग में स्वर्ण जीते

जासं, चंडीगढ़ : पिछले दिनों आयोजित विभिन्न खेल मुकाबलों में एमसीएम डीएवी कॉलेज की फिजिकल एजुकेशन विभाग की छात्राओं ने उत्साहजनक प्रदर्शन किया। कॉलेज की टीम पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज सॉफ्ट टेनिस चैंपियनशिप 2018 में चैंपियन के रूप में उभरी। कॉलेज ने पीयू इंटर कॉलेज कराटे चैंपियनशिप और पीयू इंटर-कॉलेज फैंसिंग चैंपियनशिप में भी रजत पदक जीता।

पीयू इंटर-कॉलेज जूडो चैंपियनशिप में तीन कांस्य पदक कॉलेज टीम ने अपने नाम किए। एमसीएम के अंतरराष्ट्रीय शूटर वांशुका ने पंजाब राज्य ओपन शूटिंग में दो स्वर्ण और 2 रजत पदक, नार्थ जोन शूटिंग चैंपियनशिप 2018 में 2 स्वर्ण,

62 वें राष्ट्रीय शूटिंग में एक स्वर्ण (व्यक्तिगत) और एक रजत (टीम) तथा पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज शूटिंग चैंपियनशिप के दौरान 500 मीटर में कांस्य पदक जीतकर कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग की उपलब्धियों की सूची को और बढ़ा दिया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि इस तरह के सम्मान फिजिकल एजुकेशन विभाग के अथक प्रयासों और छात्राओं के कठिन परिश्रम और समर्पण का परिणाम है।



चंडीगढ़ लेक स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स में आयोजित ओपन आर्चरी चैंपियनशिप में हिस्सा लेते तीरंदाज। -कमोज महजज

एमसीएम की छात्राओं का उत्कृष्ट प्रदर्शन

चंडीगढ़ (ट्रिव्यु) : एमसीएम डीएवी कॉलेज की फिजिकल एजुकेशन विभाग की छात्राओं उत्कृष्ट प्रदर्शन कर अपना लोहा मनवाया। कॉलेज की सॉफ्ट टेनिस टीम पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज सॉफ्ट टेनिस चैंपियनशिप-2018 में चैंपियंस के रूप में उभरी और युगल एवं टीम दोनों प्रतियोगिताओं ने कॉलेज की छात्राओं ने स्वर्ण पदक

अपने नाम किया। कॉलेज ने पीयू इंटर-कॉलेज कराटे चैंपियनशिप और पीयू इंटर-कॉलेज फैंसिंग चैंपियनशिप में भी रजत पदक जीता। पीयू इंटर-कॉलेज जूडो चैंपियनशिप में 3 कांस्य पदक कॉलेज की टीम ने अपने नाम किये। एमसीएम के अंतरराष्ट्रीय शूटर वांशुका ने पंजाब राज्य ओपन शूटिंग में 2 स्वर्ण और 2 रजत पदक, नार्थ जोन शूटिंग

चैंपियनशिप 2018 में 2 स्वर्ण, 62 वें राष्ट्रीय शूटिंग में 1 स्वर्ण (व्यक्तिगत) और 1 रजत (टीम) तथा पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज शूटिंग चैंपियनशिप के दौरान 50 मीटर में कांस्य पदक जीतकर कॉलेज का मान बढ़ाया। छात्राओं को उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने बधाई दी।

खेल आयोजनों में एमसीएम की छात्राओं का उत्कृष्ट प्रदर्शन जीते स्वर्ण, रजत व कांस्य पदक

चंडीगढ़, 29 नवम्बर (पत्रनिचा) : हाल ही में आयोजित विभिन्न खेल आयोजनों में एमसीएम डीएवी कॉलेज की फिजिकल एजुकेशन विभाग की छात्राओं उत्कृष्ट प्रदर्शन कर अपना लोहा मनवाया। कॉलेज की सॉफ्ट टेनिस टीम पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज सॉफ्ट टेनिस चैंपियनशिप-2018 में चैंपियंस के रूप में उभरी और युगल एवं टीम दोनों प्रतियोगिताओं ने कॉलेज की छात्राओं ने स्वर्ण पदक अपने नाम किया। कॉलेज ने पीयू इंटर-कॉलेज कराटे चैंपियनशिप और पीयू इंटर-कॉलेज फैंसिंग चैंपियनशिप में भी रजत पदक जीता। पीयू इंटर-कॉलेज जूडो चैंपियनशिप में 3 कांस्य पदक कॉलेज की टीम ने अपने नाम किये। एमसीएम के अंतरराष्ट्रीय शूटर वांशुका ने पंजाब राज्य ओपन शूटिंग में 2 स्वर्ण और 2 रजत पदक, नार्थ जोन शूटिंग चैंपियनशिप 2018 में 2 स्वर्ण, 62 वें राष्ट्रीय शूटिंग में 1 स्वर्ण (व्यक्तिगत) और 1 रजत (टीम) तथा पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज शूटिंग चैंपियनशिप के दौरान 50 मीटर में कांस्य पदक जीतकर कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग की उपलब्धियों की सूची को और बढ़ा दिया। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने छात्राओं को बधाई दी।

SD College, MCM DAV clinch titles

Chandigarh: GGD SD College, Sector 32, and MCM DAV College, Sector 36, claimed the men's and women's Panjab University Soft Tennis Inter College Championship at the PU courts. In the men's soft tennis final, GGD SD College, Sector 32, blanked PU Campus, 2-0 to walk away with the title. Panjab University Campus and DAV College, Sector 10 secured second and third position. MCM DAV College, Sector 36, beat Panjab University Campus 3-1 in the final to emerge champions. Panjab University Campus and GGD SD College, Sector 32 secured second and third position.

MCM eves prove their mettle in sports



Upholding the tradition of exceptional achievements in various fields including sports, MCM DAV College for Women has emerged as winners in various Panjab University Inter-College Championships held recently. The college's gymnastics team grabbed the top slot in PU Artistic Gymnastics Championship with their awe-inspiring gymnastic acumen, winning all the 4 gold and 4 silver medals. Ankita Baidya won the Best Gymnast in this category. In PU Inter-College Rhythmic Gymnastics and Table Tennis Championships, MCM grabbed 2nd position. Raveena of NCC (Naval Wing) added another feather to MCM's cap by winning gold medal in Shooting during All India Nau Sainik Camp 2018-19 and was awarded by Group Commander, NCC, Chandigarh. The elated winners thanked their teachers for instilling in them the skills, discipline and confidence to be the best in their field.

Principal Dr.Nisha Bhargava said that in its pursuit of excellence, MCM DAV College for Women continues to set newer benchmarks in academics, sports and cultural activities, thus grooming women of substance in the process. Informing about achievements in sports specifically, Dr.Bhargava said that MCM's consistently stupendous performance in sports has won it PU Women's General Sports Efficiency Shield 38 times in its existence of 50 years.

एम.सी.एम.-36 की गर्ल्स ने जीते 4 स्वर्ण और 4 रजत

पी.यू. इंटर-कॉलेज जिम्नास्टिक चैम्पियनशिप

चंडीगढ़, 30 अक्टूबर (ललन): एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वूमैन-36 की छात्राओं ने हाल ही में आयोजित विभिन्न पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज प्रतियोगिताओं में जीत का परचम लहराया। कॉलेज की जिम्नास्टिक टीम ने पी.यू. आर्टिस्टिक जिम्नास्टिक चैम्पियनशिप में 4 स्वर्ण और 4 रजत पदकों को जीतकर शीर्ष स्थान हासिल किया। एम.सी.एम. की छात्रा अंकिता बैद्या ने इसी श्रेणी में सर्वश्रेष्ठ जिम्नास्ट का खिताब हासिल किया। पी.यू. इंटर-कॉलेज रिट्रिमिक जिम्नास्टिक और टेबल टेनिस चैम्पियनशिप में एम.सी.एम. ने दूसरा स्थान हासिल किया। कॉलेज के एन.सी.सी. (नवल विंग) की कैडेट रविना ने अखिल भारतीय नौ सैनिक कैम्प 2018-19 के दौरान शूटिंग में स्वर्ण पदक प्राप्त कर कॉलेज को गौरवान्वित किया। रविना को समूह कमांडर, एन.सी.सी., चंडीगढ़ द्वारा सम्मानित किया गया। कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने एम.सी.एम. की उपलब्धियों का विशेषतया उल्लेख करते हुए रेखांकित किया कि स्पोर्ट्स में एम.सी.एम. ने पी.यू. वूमंस जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड को अपने 50 वर्षों के अतिवृत्त में 38 बार जीतकर अपनी एक विशिष्ट पहचान बनाई है।



एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज की विजेता खिलाड़ी एक साथ। (संजय कुल)

एम.सी.एम. की छात्राओं ने लहराया जीत का परचम

जिम्नास्टिक टीम ने 4 स्वर्ण और 4 रजत पदक जीते



पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज प्रतियोगिताओं की विजेता एम.सी.एम. कॉलेज की छात्राएं अपने पदकों के साथ। (छाया : गुरिन्दर सिंह)

चंडीगढ़, 30 अक्टूबर (पठानिया) : एम. सी. एम. डी. ए. वी. कॉलेज फॉर वीमेन की छात्राओं ने हाल ही में आयोजित विभिन्न पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज प्रतियोगिताओं में जीत का परचम लहराया। कॉलेज की जिम्नास्टिक टीम ने पी. य. आर्टिस्टिक जिम्नास्टिक चैम्पियनशिप में सभी 4 स्वर्ण और 4 रजत पदकों को जीतकर शीर्ष स्थान हासिल किया। एम.सी.एम. की छात्रा अंकिता बैद्या ने इसी श्रेणी में सर्वश्रेष्ठ जिम्नास्ट का खिताब हासिल किया। पीयू इंटर-कॉलेज रिट्रिमिक जिम्नास्टिक और टेबल टेनिस चैम्पियनशिप में, एम.

सी.एम. ने दूसरा स्थान हासिल किया। कॉलेज के एन.सी.सी. (नवल विंग) की कैडेट रविना ने अखिल भारतीय नौ सैनिक कैम्प 2018-19 के दौरान शूटिंग में स्वर्ण पदक प्राप्त कर कॉलेज को गौरवान्वित किया। रविना को समूह कमांडर, एन.सी.सी., चंडीगढ़ द्वारा सम्मानित किया गया। कॉलेज की प्रिंसिपल डा. निशा भार्गव ने खेलकूद संबंधी एम.सी.एम. की उपलब्धियों का विशेषतया उल्लेख करते हुए रेखांकित किया कि स्पोर्ट्स में एम.सी.एम. ने पी.यू. विशिष्ट पहचान बनाई है, जोकि एक विशेष उपलब्धि है और जिसे हर हाल में बरकरार रखा जाएगा।

एमसीएम की छात्राओं ने लहराया जीत का



चंडीगढ़। सौर ही विभिन्न क्षेत्रों में असाधारण उपलब्धियों को हासिल करने की परंपरा को जारी रखते हुए एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वीमेन की छात्राओं ने हाल ही में आयोजित विभिन्न पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज प्रतियोगिताओं में जीत का परचम लहराया। कॉलेज की जिम्नास्टिक टीम ने पी.यू. आर्टिस्टिक जिम्नास्टिक चैम्पियनशिप में सभी 4 स्वर्ण और 4 रजत पदकों को जीतकर शीर्ष स्थान हासिल किया। एम.सी.एम. की छात्रा अंकिता बैद्या ने इसी श्रेणी में सर्वश्रेष्ठ जिम्नास्ट का खिताब हासिल किया। पीयू इंटर-कॉलेज रिट्रिमिक

जिम्नास्टिक और टेबल टेनिस चैम्पियनशिप में, एम.सी.एम. ने दूसरा स्थान हासिल किया। कॉलेज के एन.सी.सी. (नवल विंग) की कैडेट रविना ने अखिल भारतीय नौ सैनिक कैम्प 2018-19 के दौरान शूटिंग में स्वर्ण पदक प्राप्त कर कॉलेज को गौरवान्वित किया। रविना को समूह कमांडर, एन.सी.सी., चंडीगढ़ द्वारा सम्मानित किया गया। एम.सी.एम. की उपलब्धियों का विशेषतया उल्लेख करते हुए रेखांकित किया कि स्पोर्ट्स में एम.सी.एम. ने पी.यू. विशिष्ट पहचान बनाई है, जोकि एक विशेष उपलब्धि है और जिसे हर हाल में बरकरार रखा जाएगा।

एमसीएम की छात्राओं ने 4 स्वर्ण और 4 रजत पदक हासिल कर लहराया जीत का परचम



चंडीगढ़। सौर ही विभिन्न क्षेत्रों में असाधारण उपलब्धियों को हासिल करने की परंपरा को जारी रखते हुए एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वीमेन की छात्राओं ने हाल ही में आयोजित विभिन्न पंजाब यूनिवर्सिटी इंटर-कॉलेज प्रतियोगिताओं में जीत का परचम लहराया। कॉलेज की जिम्नास्टिक टीम ने पी.यू. आर्टिस्टिक जिम्नास्टिक चैम्पियनशिप में सभी 4 स्वर्ण और 4 रजत पदकों को जीतकर शीर्ष स्थान हासिल किया। एम.सी.एम. की छात्रा अंकिता बैद्या ने इसी श्रेणी में सर्वश्रेष्ठ जिम्नास्ट का खिताब हासिल किया। पीयू इंटर-कॉलेज रिट्रिमिक जिम्नास्टिक और टेबल टेनिस चैम्पियनशिप में, एम.सी.एम. ने दूसरा स्थान हासिल किया। कॉलेज के एन.सी.सी. (नवल विंग) की कैडेट रविना ने अखिल भारतीय नौ सैनिक कैम्प 2018-19 के दौरान शूटिंग में स्वर्ण पदक प्राप्त कर कॉलेज को गौरवान्वित किया। रविना को समूह कमांडर, एन.सी.सी., चंडीगढ़ द्वारा सम्मानित किया गया। एम.सी.एम. की उपलब्धियों का विशेषतया उल्लेख करते हुए रेखांकित किया कि स्पोर्ट्स में एम.सी.एम. ने पी.यू. विशिष्ट पहचान बनाई है, जोकि एक विशेष उपलब्धि है और जिसे हर हाल में बरकरार रखा जाएगा।

Report of Initiatives taken by Department of Physical Education (2018 to 2019)

Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh

Swarnim Abhinandan held at MCM

In keeping with the spirit of Golden Jubilee year celebration, MCM DAV College for Women organised Swarnim Abhinandan- an event to celebrate the glorious milestones in Golden Jubilee year, to express gratitude to worthy patrons and to acknowledge the contribution of all concerned in making Golden Jubilee a memorable one. Prof.Raj Kumar, Vice Chancellor, Panjab University graced the function with his presence as the Chief Guest. Prof Shankarji Jha, Dean University Instructions, Panjab University, Dr .Parwinder Singh, Dean, College Development Council and Controller of Examination, Panjab University, Sh. H.R. Gandhar, Senior Governing Body Member, DAV College Managing Committee (DAV CMC), Dr. Satish Sharma, Director (Colleges), DAV CMC, New Delhi, Panjab University Senators and Syndics, and Principals of different colleges partook in the event as Special Guests. The sportspersons with international and national achievements were honoured during the event.



Principal Dr.Nisha Bhargava thanked DAV CMC for their guidance and support, and the staff of MCM for their efforts in making Golden Jubilee year a historical one that witnessed spectacular events including 51 Kundiya Havan, inauguration of Golden Jubilee Block by Hon'ble President of India Sh.Ram Nath Kovind wherein Chandigarh MP Kirron Kher,.G overnors of Himachal Pradesh, Haryana, Punjab, Uttrakhand and Puducherry also graced the portals of MCM.

MCM begs Panjab University General Efficiency Sports Shield 39th time



Mehr Chand Mahaja DAV College for Women- a premier educational institution, has earned an inimitable reputation for excellence in multifarious fields including academics, cultural and sports. Adding another feather to its cap and creating history, MCM was awarded Panjab University Women's General Sports Efficiency Shield, for 39th time in its existence of 50 years, for its stupendous achievements in the field of sports during the Panjab University Annual Sports Prize Distribution. Setting newer benchmarks with each passing year, the college this time bagged a staggering total of 10 P.U.S.C.Trophies for badminton, soft tennis, gymnastics (artistic), weight lifting, handball, kabaddi (NS), swimming (diving), wushu, yachting and canoeing. In recognition of her immensely vital contribution in the promotion of sports, Principal Dr.Nisha Bhargava was also felicitated during the function.

Principal Dr.Nisha Bhargava expressed gratitude to the university authorities for recognising the sincere efforts of MCM to promote excellence in sports. Informing that the Golden Jubilee year of the college has been truly historic as many impressive achievements were added to the existing list of accomplishments, she reiterated that MCM stands committed to producing women of substance in varied fields including sports, which is reflected in its enviable list of achievements in the field.



Report of Initiatives taken by Department of Physical Education (2018 to 2019)
Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh





एमसीएम डीएवी कॉलेज ने जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड जीती

■ 39वीं बार पंजाब यूनिवर्सिटी वुमेंस ने उत्कृष्टता दिखाते हुए रचा इतिहास

प्रसंगगत न्यून

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन ने शैक्षणिक, सांस्कृतिक और खेल सहित विविध क्षेत्रों में उत्कृष्टता दिखाते हुए कॉलेज ने 39वीं बार पंजाब यूनिवर्सिटी वुमेंस जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड जीतकर इतिहास रच दिया।

कॉलेज को पंजाब यूनिवर्सिटी एनुअल स्पोर्ट्स प्राइज डिस्ट्रीब्यूशन फंक्शन के दौरान खेल के क्षेत्र में अपनी शानदार उपलब्धियों के लिए सम्मानित किया गया। कॉलेज ने इस बार बैडमिंटन, सॉफ्ट टेनिस, जिमनास्टिक (अर्टिस्टिक), बेट लिफ्टिंग, हैंडबॉल, कबड्डी (एनएस), तैराकी (ड्राइविंग), युजू, नौकायन, कैनोइंग आदि खेलों में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए कुल 10 पीयूएससी ट्रॉफीज पर कब्जा किया। खेलों कूट खेल के प्रसार एवं उत्थान में महत्वपूर्ण योगदान के लिए प्रिंसिपल डॉ निशा भारगव को भी



कॉलेज का नाम रोशन करने वाली छात्राओं को दी शुभकामनाएं

डॉ अंजू ने अपनी सहयोगियों डॉ वीना और डॉ.सोनिया के समर्थित प्रयासों और अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर पर जीत हासिल कर कॉलेज का नाम रोशन करने वाली छात्राओं के भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं। कॉलेज को छात्राएं हरलीन और तान्वा भाटिया जो वर्तमान में भारतीय महिला क्रिकेट टीम की सदस्य हैं, पलक कौर बिजराज जिन्होंने 20वें राष्ट्रमंडल खेलों में देश का नाम रोशन किया है।

समारोह के दौरान सम्मानित किया गया। एमसीएम डीएवी के शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रमुख डॉ अंजू, ने इस उपलब्धि का श्रेय प्रिंसिपल डॉ निशा भारगव के अनुकरणीय नेतृत्व

को दिया है। गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड धारक के रूप में विभिन्न प्रतिष्ठित अंतरराष्ट्रीय चौपियनशिप में देश को गौरव दिलाने वाली यामिनी गुप्ता भी एमसीएम कॉलेज की छात्रा हैं।

कॉलेज के अन्य उल्लेखनीय उपलब्धियों में अंतरराष्ट्रीय फेंसिंग खिलाड़ी मुमताज, अंतरराष्ट्रीय तैराक चाहत अरोड़ा एवं रवीना शामिल हैं। 50व्यंक्तिगत पदक के अलावा, कॉलेज के खिलाड़ियों ने सत्र 2018-19 के दौरान पीयू इंटर कॉलेज टूर्नामेंट में 17 स्वर्ण, 12 रजत और 13 कांस्य पदक और अखिल भारतीय अंतर विश्वविद्यालय टूर्नामेंट में 9 स्वर्ण, 6 रजत और 7 कांस्य पदक जीते हैं।

MCM bags PU Women's General Sports Efficiency Shield for 39th time

● PRINCIPAL DR NISHA BHARGAVA WAS ALSO FELICITATED FOR PROMOTING SPORTS DURING THE FUNCTION

OF CORRESPONDENT Chandigarh

Adding another feather to its cap and creating history, MCM DAV College for Women - was awarded Punjab University Women's General Sports Efficiency Shield, for 39th time in its existence of 50 years, for its stupendous achievements in the field of sports during the Punjab University Annual Sports Prize Distribution. Setting newer benchmarks

with each passing year, the college this time bagged a staggering total of 10 PUSC Trophies for badminton, soft tennis, gymnastics (artistic), weight lifting, handball, kabaddi (NS), swimming (diving), wushu, yachting and canoeing.

In recognition of her immensely vital contribution in the promotion of sports, Principal Dr Nisha Bhargava was also felicitated for promoting sports during the function. An elated Dr. Anjo, Head, Department of Physical Education, MCM DAV credited this achievement to the exemplary leadership of Principal Dr Nisha Bhargava, dedicated efforts of her colleagues Dr



Veena Qureshi and Dr Sonia and the prowess of students who have won laurels at International and National levels.

Principal Dr Nisha Bhargava expressed gratitude to the university authorities for recognising the sincere efforts of MCM to promote excellence in sports. Informing that the Golden Jubilee year of the college has been truly historic as many impressive achievements were added to the existing list of accomplishments, she reiterated that MCM stands committed to producing women of substance in varied fields including sports, which is reflected in its enviable list of achievements in the field.

एमसीएम ने 39वीं बार जीती पी.यू महिला जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड



पंजाब यूनिवर्सिटी वार्षिक खेल पुरस्कार वितरण समारोह दौरान वूमैंस जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड प्राप्त करते हुए एमसीएम कॉलेज प्रिंसीपल डॉ. नीशा भार्गव व कॉलेज की खिलाड़ी विजेता लड़कियां। (छाया: गुरिंदर सिंह)

चंडीगढ़, 29 मार्च (पठानिया) (अर्टिस्टिक), वेट लिफ्टिंग, एमसीएम कॉलेज ने 50 साल के अस्तित्व में 39वीं बार पंजाब यूनिवर्सिटी वूमैंस जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड जीतकर इतिहास रच दिया। कॉलेज को पंजाब यूनिवर्सिटी वार्षिक खेल पुरस्कार वितरण समारोह दौरान खेल के क्षेत्र में अपनी शानदार उपलब्धियों के लिए सम्मानित किया गया। कॉलेज ने इस बार बैडमिंटन, सॉफ्ट टेनिस, जिम्नास्टिक

ने इस उपलब्धी का श्रेय प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव के अनुकरणीय नेतृत्व को दिया। कॉलेज में खेल जगत के सितारों की उल्लेखनीय सूची है हरलीन और तान्या भाटिया जो वर्तमान में भारतीय महिला क्रिकेट टीम की सदस्य हैं, पलक कौर बिजराल जिन्होंने 20वीं राष्ट्रमंडल खेलों में देश का नाम रोशन किया है।

गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड धारक के रूप में विभिन्न प्रतिष्ठित अंतर्राष्ट्रीय चैंपियनशिप में देश को गौरव दिलाने वाली यामिनी गुप्ता भी एमसीएम कॉलेज की छात्रा हैं। कॉलेज के अन्य उल्लेखनीय उपलब्धकर्ताओं में अंतर्राष्ट्रीय फेंसिंग खिलाड़ी मुमताज, अंतर्राष्ट्रीय तैराक चाहत अरोड़ा एवं खीना शामिल हैं। कॉलेज प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा की कॉलेज का स्वर्ण जयंती वर्ष वास्तव में ऐतिहासिक रहा है, कॉलेज खेल सहित विभिन्न क्षेत्रों में छात्राओं के संपूर्ण विकास के लिए प्रतिबद्ध है।

पंजाब 'वरसती' का सालाना खेड इनाम वंड समारोह

बुझीआं ਦੇ ਵਰਗ 'ਚ' ਐਮ.ਸੀ.ਐਮ. ਅਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ 'ਚ' ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਕਾਲਜ ਓਵਰਐਲ ਚੈਂਪੀਅਨ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 29 ਮਾਰਚ (ਬਠਲਾਣਾ): ਪੰਜਾਬ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀ ਦਾ ਸਾਲਾਨਾ ਇਨਾਮ ਵੰਡ ਸਮਾਰੋਹ ਬੀਤੇ ਦਿਨੀਂ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿਚ 400 ਖਿਡਾਰੀਆਂ/ਖਿਡਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਵਜੋਂ 1.10 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ

400 ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ 1.10 ਕਰੋੜ ਦੇ ਇਨਾਮ



ਰਾਸ਼ੀ ਵੰਡੀ ਗਈ।

ਬੁੱਝੀਆਂ ਦੇ ਵਰਗ 'ਚ' ਐਮ.ਸੀ.ਐਮ. ਡੀ.ਏ.ਵੀ. ਕਾਲਜ ਸੈਕਟਰ-36 ਅਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੇ ਵਰਗ 'ਚ' ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਕਾਲਜ ਸੈਕਟਰ-26 ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਓਵਰਐਲ ਚੈਂਪੀਅਨ ਰਹੇ। ਓਲੰਪੀਅਨ ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼

ਅੰਕਿਤ ਕੁਮਾਰ ਬਤੋਰ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਪੁੱਜੇ ਜਦਕਿ ਖੇਡ ਜਗਤ 'ਚ ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਖੇਡ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਪੰਜਾਬ, ਅਰਜੁਨ ਔਵਾਰਡੀ ਬਾਬਾ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਸੁਰਿੰਦਰ ਮਹਾਜਨ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਕੋਚ ਜਦਕਿ ਪੰਜਾਬ

ਯੂਨੀਵਰਸਟੀ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰੋ. ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਰਜਿਸਟਰਾਰ, ਪ੍ਰੋ. ਪਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕੈਂਟਰਲਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ, ਸੈਨੇਟਰ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਡੀ. ਜਤਿੰਦਰ ਮੋਦਗਿਲ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

MCM
DAV-36 bag
overall titles

Chandigarh: MCM DAV College for Women, Sector 36, Chandigarh, in women's section and SGGGS College, Sector 26, in men's section were crowned overall champions in the annual sports prize distribution function of Panjab University on Thursday. Olympian boxer Akhil Kumar was the chief guest at the function in which cash awards worth Rs 1.10 crore were distributed to around 400 players.

Many sports dignitaries including Arjuna Awardee Balwinder Singh, Former SAI badminton coach Surinder Mahajan and Punjab director sports Jagdeep Singh were present on the occasion. PU registrar Prof Karamjeet Singh and many other officials were also present. TNN

एमसीएम ने 39वीं बार जीती पीयू महिला जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड



चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन ने 39वीं बार पंजाब यूनिवर्सिटी वुमेंस जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड जीतकर इतिहास रच दिया। कॉलेज को इस उपलब्धि के लिए पंजाब यूनिवर्सिटी एनुअल स्पोर्ट्स प्राइज डिस्ट्रीब्यूशन फंक्शन के दौरान सम्मानित किया गया। कॉलेज ने इस बार बैडमिंटन, सॉफ्ट टेनिस, जिमनास्टिक (अर्टिस्टिक), वेट लिफ्टिंग, हैंडबॉल, कबड्डी, तैराकी, कैनोइंग आदि खेलों में शानदार प्रदर्शन के लिए कुल 10 ट्रॉफीज पर कब्जा किया। इसके लिए प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव को भी समारोह के दौरान सम्मानित किया गया। इस मौके पर उन्होंने सहयोगियों डॉ. वीना और डॉ. सोनिया के समर्पित प्रयासों और अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर पर जीत हासिल कर कॉलेज का नाम रोशन करने वाली छात्राओं के भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं।

एमसीएम के खाते 39वीं बार पीयू महिला जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड



अर्थ प्रकाश संवाददाता

चंडीगढ़ 29 मार्च। एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन ने शैक्षणिक, सांस्कृतिक और खेल सहित विविध क्षेत्रों में उत्कृष्टता के लिए एक अतुलनीय प्रतिष्ठा अर्जित की है। अपनी उपलब्धियों की श्रृंखला को आगे बढ़ाते कॉलेज ने 50 साल के अस्तित्व में 39वीं बार पंजाब यूनिवर्सिटी वुमेंस जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड जीतकर इतिहास रच दिया। कॉलेज को पंजाब यूनिवर्सिटी एनुअल स्पोर्ट्स प्राइज डिस्ट्रीब्यूशन फंक्शन के दौरान खेल के क्षेत्र में अपनी शानदार उपलब्धियों के लिए सम्मानित किया गया। कॉलेज ने इस बार बैडमिंटन, सॉफ्ट टेनिस,

(अर्टिस्टिक), वेट लिफ्टिंग, हैंडबॉल, कबड्डी (एनएस), तैराकी (डाइविंग), वुशू, नौकायन, कैनोइंग आदि खेलों में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए कुल 10 पीयूएससी ट्रॉफीज पर कब्जा किया। खेलों कूट खेल के प्रसार एवं उत्थान में महत्वपूर्ण योगदान के लिए प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव को भी समारोह के दौरान सम्मानित किया गया। एमसीएम डीएवी के शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रमुख डॉ. अंजु, ने इस उपलब्धि का श्रेय प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव को दिया है, डॉ. अंजु ने अपनी सहयोगियों डॉ. वीना और डॉ. सोनिया के समर्पित प्रयासों और अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर पर जीत हासिल कर कॉलेज का नाम रोशन करने वाली छात्राओं के भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं।

एमसीएम ने 39 वीं बार जीती शील्ड

चंडीगढ़, 29 मार्च (ट्रिब्यून)

एन

एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमेन ने शैक्षणिक, सांस्कृतिक और खेल सहित विविध क्षेत्रों में उत्कृष्टता के लिए एक अतुलनीय प्रतिष्ठा अर्जित की है। अपनी उपलब्धियों की श्रृंखला को आगे बढ़ाते कॉलेज ने 50 साल के अस्तित्व में 39 वीं बार पंजाब यूनिवर्सिटी वुमेंस जनरल स्पोर्ट्स एफिशिएंसी शील्ड जीतकर इतिहास रच दिया। कॉलेज को पंजाब यूनिवर्सिटी एनुअल स्पोर्ट्स प्राइज

डिस्ट्रीब्यूशन फंक्शन के दौरान खेल के क्षेत्र में शानदार उपलब्धियों के लिए सम्मानित किया गया। कॉलेज ने इस बार बैडमिंटन, सॉफ्ट टेनिस, जिमनास्टिक (कलात्मक), वेट लिफ्टिंग, हैंडबॉल, कबड्डी (एनएस), तैराकी (डाइविंग), वुशू, नौकायन, कैनोइंग आदि खेलों में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए कुल 10 पीयूएससी ट्रॉफीज पर कब्जा किया। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव को भी समारोह के दौरान सम्मानित किया गया।

International Achievers



- Himanshika: 13th rank in all India Tennis ranking.

- Tanya Bhatia: Participated in T-20 BCCI world cup held at Australia.

- Harleen Kaur Deol: Participated in team India warm up series against England.



- Mumtaz: 3rd position in junior commonwealth games held in England in fencing.
- Romila Devi Ningthoujam: Participated in world university canoe sprint championship held at Hungary.

Interuniversity and National level Achievers

- Palak Kaur Bijral: Declared as best gymnast in senior national gymnastic held at Mohali.
- Parul and Sanchi: Participated in All India inter university Squash Championship.
- Himanshika: Bronze medal in north zone tennis championship.
- Chahat Arora: 2 gold medals in all India inter university swimming championship.
- Mumtaz and Grace: Bronze medal in all India inter university fencing competition.
- Priyanka Banerjee: Best diver of all India inter university diving competition held at Bangalore.
- Palak Kaur Bijral: Best gymnast with 2 gold medals and 1 silver medal in all Indian inter university Rhythmic tournament.
- Shayona: Silver medal in all Indian inter university Rhythmic gymnastics championship.
- Anika: best artistic gymnast with 2 gold medals and 1 silver medal in all Indian inter university Artistic tournament.
- Susmita: 3rd best artistic gymnast with 3 bronze and 1 silver medal all Indian inter university artistic tournament.
- Nimrat, Aditi and Princee: Gold medal in all India inter university soft tennis tournaments.
- Ishita: Silver medal in north zone badminton inter university competition.
- Usha: Bronze medal in weight lifting in all India inter university championship.
- Divya: Gold medal in all India wushu championship.
- Gurleen Kaur: Silver medal in all India inter university championship.



Intercollege and State level Achievers



First Position in	Second Position in	Third Position in
Soft tennis team Badminton Gymnastic Weight lifting Handball Kabaddi Swimming Diving Wushu Yachting Canoeing	Cricket Fencing Karate Table Tennis	Tennis Squash Hockey Football Netball Softball Rachna and Mansi: Bronze medal in judo inter college competition. Rachna: Silver medal in wrestling in inter college competition. Himanshi, Kavita and Nidhi: Bronze medal in wrestling inert college.

Felicitation of Achievers

The achiever students of the college who won laurels at International and National levels, reflecting the pursuit of excellence at Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh, were felicitated by Dr. Kiran Bedi, Hon'ble Lieutenant Governor of Puducherry during the and other dignitaries on this occasion. National Symposium on 'Redefining the Gender Narrative: Women as Agents of Social Change'.



MCM's Tanya Bhatia, Member, Indian Cricket Team honoured during the 'Unveiling and Dedication Ceremony' at Mehr Chand Mahajan DAV College for Women. Member of Parliament, Govt. of India Feroze Varun Gandhi graced the ceremony as the Chief Guest.



Report of initiatives taken by
Department of Physical Education
Session: 2018-19



**Mehr Chand Mahajan
DAV College for Women
Sector 36-A, Chandigarh (U.T.)**

Website: <https://mcmdavcwchd.edu.in/>
Email: principal_mcmdavcollege@yahoo.com