Report of initiatives taken by

Department of Physical Education

Session: 2020-21

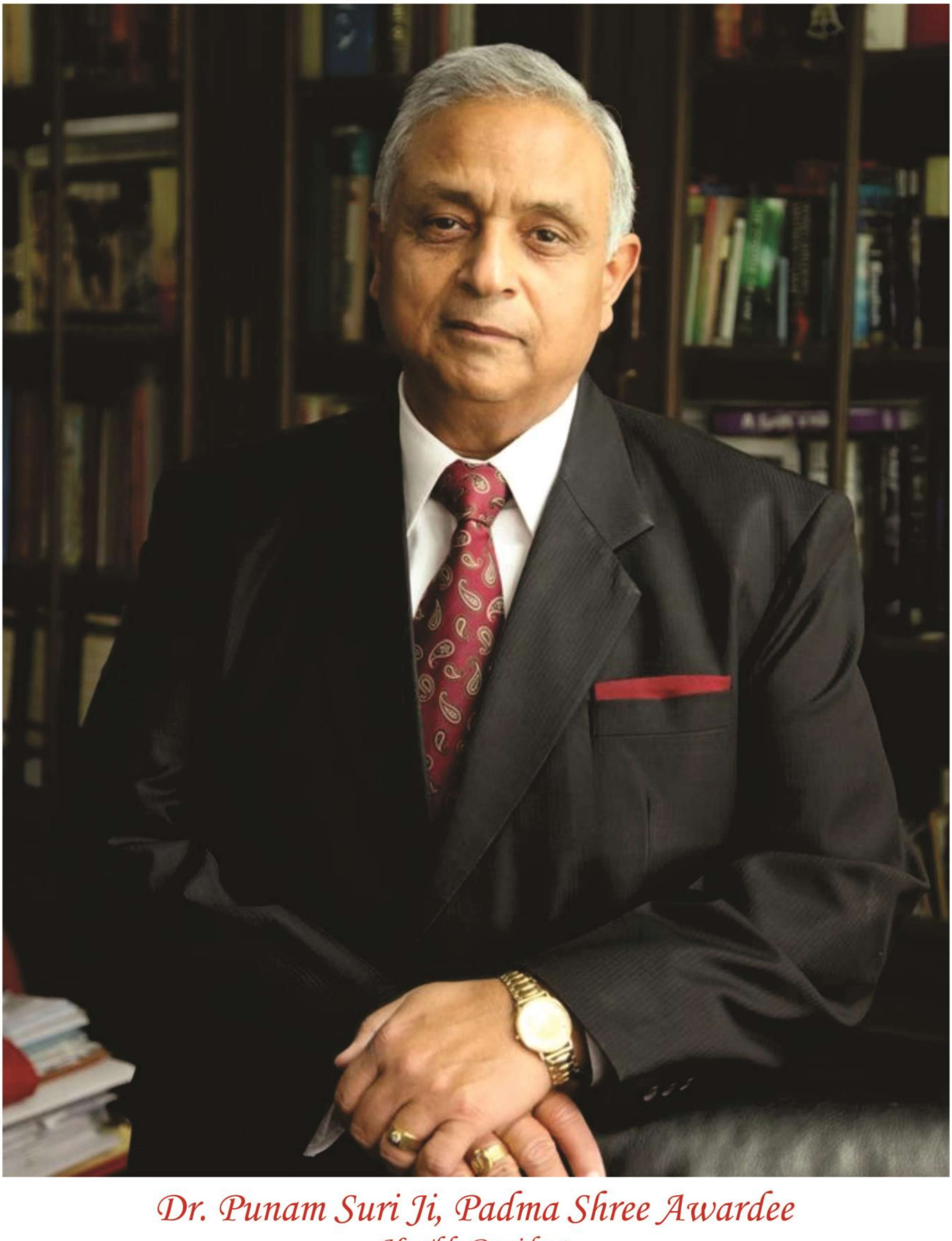
Mehr Chand Mahajan DAV College for Women

Sector 36-A, Chandigarh (U.T.)

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

“What makes something special is not just what you have to gain, but what you feel there is to lose."

Andre Agassi
Former world No. 1 tennis player.

FIT INDIA
Mehr Chand Mahajan DAV College for Women
Sector 36-A, Chandigarh (U.T.)
Staff Sports Meet
29 January 2021 at 9:30 a.m.
organized by
Department of Physical Education
Come , Lets be a sport......
Events
Basketball Throw
Arrow & Shot
Skipping (2X1)
Children's Race
80 Meter Race (Individual)
50 Meter Race (Relay)
Note: All the norms of social distancing will be followed & precautions will be taken in current situation of COVID penedamic.
Dr. Veena Rani
Coordinator
Dr. Anju Lata
Co-Convenor
Dr. Nisha Bhargava
Convenor & Principal

Staff Sports Meet at MCM
A unique and colourful celebration of sportsmanship spirit

In a display of spirit of sportsmanship, Mehr Chand Mahajan DAV College for Women held its Staff Sports Meet under the theme of FitIndia. With all the COVID-19 safety protocols in place, the meet was graced by Principal Dr. Nisha Bhargava as the Chief Guest. All the events were planned in a manner that social distancing was maintained at all times. The college sports ground resonated with energetic vibes of sportsmanship as the staff competed in various events including Basketball throw, Arrow and Shoot, Skipping, 80 metre race and 50 metre relay race. Teaching as well as non teaching staff participated enthusiastically in the meet.

Principal Dr. Nisha Bhargava applauded the outstanding achievements of the college's Physical Education Department in sports including accolades in various sports events at international, national, inter-zonal, zonal, university and inter-college levels. Dr. Bhargava asserted that sports impart valuable lessons in spirit of life and camaraderie. She also congratulated the Physical Education Department of the college for keeping alive the MCM tradition of excellence.

First Prize
STAFF SPORTS MEET - 2021

2
1
3

2
1
3

मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने किया स्टाफ स्पोर्ट्स का आयोजन

सभी समानता, चंडीगढ़ (विक्रांत शर्मा)–मेहर चंद महाजन डीएवी कश्वलेज फश्वर वीमेन ने फिट इंडिया की थीम के तहत स्टाफ स्पोर्ट्स मीट का आयोजन किया। इस स्टाफ स्पोर्ट्स मीट के आयोजन का उद्देश्य महामारी के समय में स्वस्थ शरीर के महत्व का संदेश देकर भारत सरकार के फिट इंडिया अभियान के प्रति जागरूक करना था । इस आयोजन में कोविड – 19 के सभी दिशानिर्देशों का पालन करते हुए स्टाफ के सदस्यों ने बढ़ चढ़ कर हिस्सा लिया। कश्वलेज की प्रिंसिपल डश्व निशा भार्गव इस अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि उपस्थित थी। डश्व भार्गव ने खेल प्रतियोगिताओं में एमसीएम की उत्कृष्टता की परंपरा को निरंतर अग्रसर करने के लिए कश्वलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की सराहना करते हुए इस विभाग की अंतरराष्ट्रीय, राष्ट्रीय, इंटर-जोनल, जोनल, यूनिवर्सिटी एवं इंटर-कश्वलेज स्तर पर विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं में अर्जित उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए बधाई दी। डश्व भार्गव ने कहा कि खेल जीवन में भाईचारा और सौहार्दपूर्ण भावना का मूल्यवान सबक प्रदान करते हैं। इस स्पोर्ट्स मीट में विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं जैसे कि बास्केटबश्वल थ्रो, एरो और शूट, स्किपिंग, 80 मीटर रेस और 50 मीटर रिले रेस सहित विभिन्न स्पर्धाओं में प्रतिस्पर्धा करते हुए कश्वलेज स्पोर्ट्स ग्राउंड खेल-कूद की ऊर्जावान जीवंतता के साथ गूंजता रहा। मीट में टीचिंग के साथ-साथ नश्वन टीचिंग स्टाफ ने भी उत्साहपूर्वक भाग लिया।

एमसीएम में खेल प्रतियोगिता शिक्षकों ने लिया भाग

चंडीगढ़। शरीर को स्वस्थ रखने के उद्देश्य से एमसीएम डीएवी कॉलेज -36 ने रविवार को खेल प्रतियोगिता का आयोजन करवाया। इसमें कॉलेज के सभी विभागों के शैक्षणिक और गैर शैक्षणिक सदस्यों ने हिस्सा लिया।

शिक्षकों ने बास्केटबॉल, डिस्कस थ्रो, एरो और शूट, स्किपिंग, 80 मीटर रेस और 50 मीटर रिले रेस सहित विभिन्न स्पर्धाओं में भाग लिया। कार्यक्रम में कॉलेज प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव मुख्य अतिथि के रूप में मौजूद रहे। उन्होंने बताया महामारी के समय में स्वस्थ शरीर के महत्व और खेल व व्यायाम के जरिए खुद को फिट रखने का संदेश देना ही कार्यक्रम का उद्देश्य था। ब्यूरो

खेल गतिविधियों में हिस्सा लेते एमसीएम के शिक्षक।

एमसीएम में स्टाफ स्पोर्ट्स का आयोजन

चडीगढ़, 31 जनवरी (ट्रिन्यू)

मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने फिट इंडिया की थीम के तहत स्टाफ स्पोर्ट्स मीट का आयोजन किया। इस स्टाफ स्पोर्ट्स मीट के आयोजन का उद्देश्य महामारी के समय में स्वस्थ शरीर के महत्व का संदेश देकर भारत सरकार के फिट इंडिया अभियान के प्रति जागरूक करना था। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव इस अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि उपस्थित थीं। डॉ भार्गव ने खेल प्रतियोगिताओं में एमसीएम की उत्कृष्टता की परंपरा को निरंतर अग्रसर करने के लिए कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की सराहना करते हुए इस विभाग की अंतरराष्ट्रीय, राष्ट्रीय, इंटर-जोनल, जोनल, यूनिवर्सिटी एवं इंटर-कॉलेज स्तर पर विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं में अर्जित उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए बधाई दी।

फिट इंडिया की थीम पर एमसीएम में स्टाफ स्पोर्ट्स का आयोजन

50 मीटर रिले रेस में हिस्सा लेती टीचर्स।

चंडीगढ़ (राकेश) : मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन ने फिट इंडिया की थीम के तहत स्टाफ स्पोर्ट्स मीट का आयोजन किया। इस स्टाफ स्पोर्ट्स मीट के आयोजन का उद्देश्य महामारी के समय में स्वस्थ शरीर के महत्व का संदेश देकर भारत सरकार के फिट इंडिया अभियान के प्रति जागरूक करना था। कॉलेज की प्रिंसीपल डा. निशा भार्गव इस अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि उपस्थित थीं। डा. भार्गव ने खेल प्रतियोगिताओं में एमसीएम की उत्कृष्टता की परंपरा को निरंतर अग्रसर करने के लिए कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की सराहना करते हुए इस विभाग की अंतर्राष्ट्रीय, राष्ट्रीय, इंटर-जोनल, जोनल, यूनिवर्सिटी एवं इंटर-कॉलेज स्तर पर विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं में अर्जित उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए बधाई दी। डा. भार्गव ने कहा कि खेल जीवन में भाईचारा और सौहार्दपूर्ण भावना का मूल्यवान सबक प्रदान करते हैं। इस स्पोर्ट्स मीट में विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं जैसे कि बास्केटबॉल थ्रो, एरो और शूट, स्किपिंग, 80 मीटर रेस और 50 मीटर रिले रेस सहित विभिन्न स्पर्धाओं में प्रतिस्पर्धा करते हुए कॉलेज स्पोर्ट्स ग्राऊंड खेल-कूद की ऊर्जावान जीवंतता के साथ गूंजता रहा। मीट में टीचिंग के साथ-साथ नॉन टीचिंग स्टाफ ने भी उत्साहपूर्वक भाग लिया।

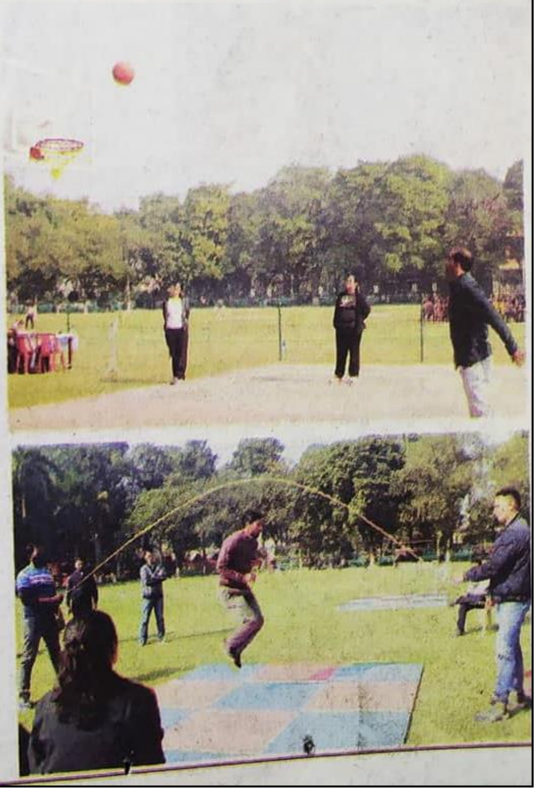
फिट इंडिया की थीम के तहत हुआ स्टाफ स्पोर्ट्स का आयोजन

चंडीगढ़,(जगमार्ग न्यूज)। फिट इंडिया की थीम के तहत एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन ने स्टाफ स्पोर्ट्स मीट का आयोजन किया। इस स्टाफ स्पोर्ट्स मीट के आयोजन का उद्देश्य महामारी के समय में स्वस्थ शरीर के महत्व का संदेश देकर भारत सरकार के फिट इंडिया अभियान के प्रति जागरूक करना था। इस आयोजन में कोविड - 19 के सभी दिशानिर्देशों का पालन करते हुए स्टाफ के सदस्यों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव इस अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि उपस्थित थी। डॉ. भार्गव ने खेल प्रतियोगिताओं में एमसीएम की उत्कृष्टता की परंपरा को निरंतर अग्रसर करने के लिए कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की सराहना करते हुए इस विभाग की अंतरराष्ट्रीय, राष्ट्रीय, इंटर-जोनल, जोनल, यूनिवर्सिटी एवं इंटर-कॉलेज स्तर पर विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं में अर्जित उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए बधाई दी। डॉ. भार्गव ने कहा कि खेल जीवन में भाईचारा और सौहार्दपूर्ण भावना का मूल्यवान सबक प्रदान करते है। इस स्पोर्ट्स मीट में विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं जैसे कि बास्केटबॉल थ्रो, एरो और शूट, स्किपिंग, 80 मीटर रेस और 50 मीटर रिले रेस सहित विभिन्न स्पर्धाओं में प्रतिस्पर्धा करते हुए कॉलेज स्पोर्ट्स ग्राउंड खेल-कूद की ऊर्जावान जीवंतता के साथ गूंजता रहा। मीट में टीचिंग के साथ-साथ नॉन टीचिंग स्टाफ ने भी उत्साहपूर्वक भाग लिया।

'एम.सी.एम. के स्टाफ ने दिखाया दमखम'

चंडीगढ़, 31 जनवरी (लल्लन) : एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज-36 ने फिट इंडिया की थीम के तहत स्टाफ स्पोर्ट्स मीट का आयोजन किया। इस आयोजन का उद्देश्य महामारी के समय में स्वस्थ शरीर के महत्व का संदेश देकर भारत सरकार के फिट इंडिया अभियान के प्रति जागरूक करना था। कोविड-19 के सभी दिशा-निर्देशों का पालन करते हुए स्टाफ के सदस्यों ने बढ़ चढ़ कर हिस्सा लिया।

कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने खेल प्रतियोगिताओं में एम.सी.एम. की उत्कृष्टता की परंपरा को निरंतर अग्रसर करने के लिए कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की सराहना करते हुए इस विभाग की अंतरराष्ट्रीय, राष्ट्रीय, इंटर-जोनल, जोनल, यूनिवर्सिटी एवं इंटर-कॉलेज स्तर पर विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं में अर्जित उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए बधाई दी। इस स्पोर्ट्स मीट में बास्केटबॉल थ्रो, एरो, शूट, स्किपिंग, 80 मीटर रेस और 50 मीटर रिले रेस समेत विभिन्न प्रतियोगिताएं हुईं। मीट में टीचिंग के साथ-साथ नॉन टीचिंग स्टाफ ने भी उत्साहपूर्वक भाग लिया।



Online Yoga Classes at MCM

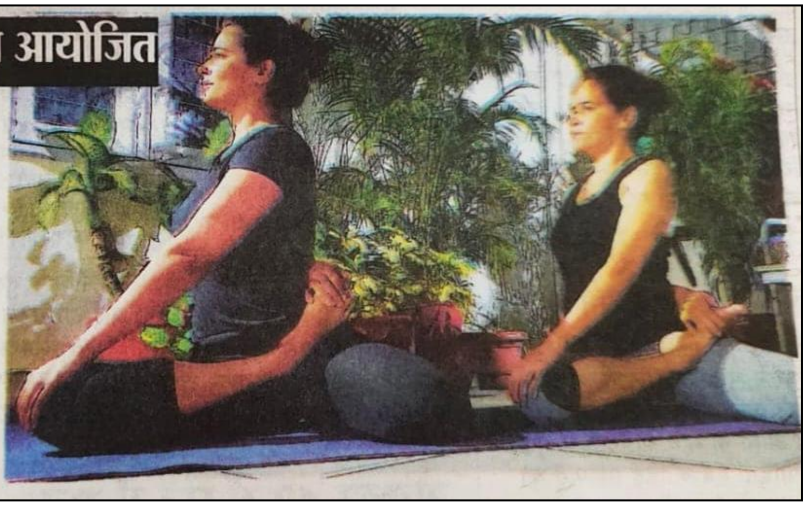
With the stressful pandemic situation bringing into spotlight the need for holistic healing, the Physical Education Department of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women undertook the novel initiative of organised online yoga classes for faculty and students. The objective of the classes is to introduce the participants to the nuances of yoga so as to enable them to strengthen their immunity and thus, enhance their wellbeing. The classes are organised daily in the morning and evening by various yoga experts including Ms. Pinki, an International Yoga World Championship winner and alumni of MCM and Dr. Anju Lata, Head, Department of Physical Education.

Principal Dr. Nisha Bhargava, herself a follower of yogic practices, asserted that yoga is our ancient way of life which is now hailed worldwide for its ability to induce holistic healing. She added that in the light of the present stressful times, this endeavour of the Physical Education Department is praiseworthy.

एमसीएम में ऑनलाइन योग कक्षाएं

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। तनावपूर्ण महामारी की स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाये रखने के लिए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के शारीरिक शिक्षा विभाग ने कॉलेज के फैकल्टी मेम्बर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित की। इन योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है ताकि वे अपनी आंतरिक प्रतिरक्षा को मजबूत कर सकें। यह योग कक्षाएं, एमसीएम के पूर्व छात्रा एवं एक अंतर्राष्ट्रीय योग विश्व चैम्पियनशिप विजेता, सुश्री पिंकी, कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की प्रमुख डॉ अंजु लता सहित विभिन्न योग विशेषज्ञों द्वारा सुबह और शाम को दैनिक रूप से आयोजित की जाती हैं। इन कक्षाओं में प्रतिभागियों को योग विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न आसनों से परिचित कराया जाता है तथा इन आसनों का उचित निर्देशों के साथ व्यवहारिक प्रदर्शन भी किया जाता है। प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव, जो स्वयं योगाभ्यास में रूचि रखती हैं ने कहा कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है, जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है और अब यह समग्र चिकित्सा उपचार की क्षमता के लिए दुनिया भर में प्रसिद्ध है। उन्होंने कहा कि वर्तमान तनावपूर्ण समय में शारीरिक शिक्षा विभाग का यह प्रयास सराहनीय है।

ऑनलाइन योग क्लासेज आयोजित



चंडीगढ़, 13 अगस्त (आशीष): कोरोना की इस तनावपूर्ण स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाए रखने के लिए सैक्टर-36 स्थित एम.सी.एम. डी.ए.वी. कॉलेज फॉर वूमैन के फिजिकल एजुकेशन डिपार्टमैंट ने कॉलेज के फैकल्टी मैंबर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित की। योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है। प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव, जो स्वयं योगाभ्यास में रुचि रखती है ने कहा कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है। जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है।

एमसीएम में ऑनलाइन योग कक्षाएं शुरू

तनावपूर्ण स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित रखने के लिए आनलाइन योग करती छात्राएं। -अनिल

चंडीगढ़, 13 अगस्त (राकेश): तनावपूर्ण महामारी की स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाए रखने के लिए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन के शारीरिक शिक्षा विभाग ने कॉलेज के फैकल्टी मैंबर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित की। इन योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है, ताकि वे अपनी आंतरिक प्रतिरक्षा को मजबूत कर सकें। यह योग कक्षाएं, एमसीएम के पूर्व छात्रा एवं एक अंतर्राष्ट्रीय योग विश्व चैंपियनशिप विजेता पिंकी, कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की प्रमुख डा. अंजू लता सहित विभिन्न योग विशेषज्ञों द्वारा सुबह और शाम को दैनिक रूप से आयोजित की जाती हैं। इन कक्षाओं में प्रतिभागियों को योग विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न आसनों से परिचित कराया जाता है तथा इन आसनों का उचित निर्देशों के साथ व्यावहारिक प्रदर्शन भी किया जाता है। प्रिंसीपल डा. निशा भार्गव, जो स्वयं योगाभ्यास में रूचि रखती हैं ने कहा कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है, जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है और अब यह समग्र चिकित्सा उपचार की क्षमता के लिए दुनिया भर में प्रसिद्ध है। उन्होंने कहा कि वर्तमान तनावपूर्ण समय में शारीरिक शिक्षा विभाग का यह प्रयास सराहनीय है।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में ऑनलाइन योग कक्षाओं का किया आयोजन

चंडीगढ़। तनावपूर्ण महामारी की स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाये रखने के लिए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के शारीरिक शिक्षा विभाग ने कॉलेज के फैकल्टी मेम्बर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित की। इन योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है ताकि वे अपनी आंतरिक प्रतिरक्षा को मजबूत कर सकें। यह योग कक्षाएं, एमसीएम के पूर्व छात्रा एवं एक अंतर्राष्ट्रीय योग विश्व चैम्पियनशिप विजेता, सुश्री पिंकी, कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की प्रमुख डॉ अंजु लता सहित विभिन्न योग विशेषज्ञों द्वारा सुबह और शाम को दैनिक रूप से आयोजित की जाती हैं। इन कक्षाओं में प्रतिभागियों को योग विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न आसनों से परिचित कराया जाता है तथा इन आसनों का उचित निर्देशों के साथ व्यवहारिक प्रदर्शन भी किया जाता है। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव, जो स्वयं योगाभ्यास में रूचि रखती हैं ने कहा कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है, जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है।

एमसीएम में ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित

चंडीगढ़, 13 अगस्त। तनावपूर्ण महामारी की स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाये रखने के लिए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के शारीरिक शिक्षा विभाग ने कॉलेज के फैकल्टी मेम्बर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित की। इन योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है ताकि वे अपनी आंतरिक प्रतिरक्षा को मजबूत कर सकें। यह योग कक्षाएं, एमसीएम के पूर्व छात्रा एवं एक अंतर्राष्ट्रीय योग विश्व चैम्पियनशिप विजेता, सुश्री पिंकी, कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की प्रमुख डॉ अंजु लता सहित विभिन्न योग विशेषज्ञों द्वारा सुबह और शाम को दैनिक रूप से आयोजित की जाती हैं। इन कक्षाओं में प्रतिभागियों को योग विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न आसनों से परिचित कराया जाता है तथा इन आसनों का उचित निर्देशों के साथ व्यवहारिक प्रदर्शन भी किया जाता है। प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव, जो स्वयं योगाभ्यास में रूचि रखती हैं ने कहा कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है, जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है और अब यह समग्र चिकित्सा उपचार की क्षमता के लिए दुनिया भर में प्रसिद्ध है। उन्होंने कहा कि वर्तमान तनावपूर्ण समय में शारीरिक शिक्षा विभाग का यह प्रयास सराहनीय है।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित

विनोद कुमार, (फास्ट मीडिया)

चंडीगढ़। तनावपूर्ण महामारी की स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाये रखने के लिए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के शारीरिक शिक्षा विभाग ने कॉलेज के फैकल्टी मेम्बर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित की। इन योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है ताकि वे अपनी आंतरिक प्रतिरक्षा को मजबूत कर सकें। यह योग कक्षाएं, एमसीएम के पूर्व छात्रा एवं एक अंतर्राष्ट्रीय योग विश्व चैम्पियनशिप विजेता, सुश्री पिंकी, कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की प्रमुख डॉ अंजु लता सहित विभिन्न योग विशेषज्ञों द्वारा सुबह और शाम को दैनिक रूप से आयोजित की जाती हैं। इन कक्षाओं में प्रतिभागियों को योग विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न आसनों से परिचित कराया जाता है तथा इन आसनों का उचित निर्देशों के साथ व्यवहारिक प्रदर्शन भी किया जाता है। प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव, जो स्वयं योगाभ्यास में रूचि रखती हैं ने कहा

कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है, जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है और अब यह समग्र चिकित्सा उपचार की क्षमता के लिए दुनिया भर में प्रसिद्ध है। उन्होंने कहा कि वर्तमान तनावपूर्ण समय में शारीरिक शिक्षा विभाग का यह प्रयास सराहनीय है।

एमसीएम डीएवी कॉलेज में ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित

विनोद कुमार, चंडीगढ़। तनावपूर्ण महामारी की स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाये रखने के लिए, मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन के शारीरिक शिक्षा विभाग ने कॉलेज के फैकल्टी मेम्बर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित की। इन योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है ताकि वे अपनी आंतरिक प्रतिरक्षा को मजबूत कर सकें। यह योग कक्षाएं, एमसीएम के पूर्व छात्रा एवं एक अंतर्राष्ट्रीय योग विश्व चैम्पियनशिप विजेता, सुश्री पिंकी, कॉलेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की प्रमुख डॉ अंजु लता सहित विभिन्न योग विशेषज्ञों द्वारा सुबह और शाम को दैनिक रूप से आयोजित की जाती हैं। इन कक्षाओं में प्रतिभागियों को योग विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न आसनों से परिचित कराया जाता है तथा इन आसनों का उचित निर्देशों के साथ व्यवहारिक प्रदर्शन भी

किया जाता है। प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव, जो स्वयं योगाभ्यास में रूचि रखती हैं ने कहा कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है, जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है और अब यह समग्र चिकित्सा उपचार की क्षमता के लिए दुनिया भर में प्रसिद्ध है। उन्होंने कहा कि वर्तमान तनावपूर्ण समय में शारीरिक शिक्षा विभाग का यह प्रयास सराहनीय है।

एमसीएम डीएवी कालेज में ऑनलाइन योग कक्षाएं

चंडीगढ़। तनावपूर्ण महामारी की स्थिति में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाए रखने के लिए मेहर चंद महाजन डीएवी कालेज फॉर वूमन के शारीरिक शिक्षा विभाग ने कालेज के फैकल्टी मेंबर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाएं लगाईं। इन योग कक्षाओं का उद्देश्य प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराना है, ताकि वे अपनी आंतरिक प्रतिरक्षा को मजबूत कर सकें। यह योग कक्षाएं एमसीएम की पूर्व छात्रा पिंकी, कालेज के शारीरिक शिक्षा विभाग की प्रमुख डा. अंजु लता सहित विभिन्न योग विशेषज्ञों द्वारा सुबह और शाम को दैनिक रूप से आयोजित की जाती हैं। प्रिंसीपल डा. निशा भार्गव ने कहा कि योग एक विज्ञान है, जीवन जीने की कला है, जिसके जरिए प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन को निरोगी एवं व्यवस्थित बना सकता है।

एमसीएम में ऑनलाइन योग कक्षाएं आयोजित

चंडीगढ़। सेक्टर-36 स्थित एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन में वीरवार को शारीरिक शिक्षा विभाग ने कॉलेज के फैकल्टी मेंबर्स और छात्राओं के लिए ऑनलाइन योग कक्षाओं का आयोजन किया। इन कक्षाओं का संचालन अंतरराष्ट्रीय योग विश्व चैंपियन पिंकी और कालेज के शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रमुख डॉ. अंजु लता ने किया।

बता दें कि इन योग कक्षाओं को चलाने का उद्देश्य है कि प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से परिचित कराया जाए। इससे उनकी आंतरिक प्रतिरक्षा मजबूत हो सकें। इन कक्षाओं के माध्यम के प्रतिभागियों को योग के विभिन्न आसनों परिचित कराया गया है। प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने शारीरिक शिक्षा विभाग के इस प्रयास की सराहना की। ब्यूरो

MCM's footballer selected for National Camp

Bringing laurels to the college and adding to its long list of laudable accomplishments in sports, footballer Ms. Manisha of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women has been selected in National Coaching Camp for the forthcoming AFC Women's Asia Cup 2022. The one and a half month long camp is being held at Goa's Assole Ground. Figuring in the list of 30 footballers in Senior Women's Football Team, Manisha has participated in various International and National Level Football games including Turkish Cup 2019, Spain Cottif Cup 2019, Nepal South Asian Games, Hero Gold Cup 2019, SAFF Cup Championship 2019, BRICS Cup South Africa 2018 and many more. With 3 golds and a bronze, Manisha is a promising player and is excited to be representing India in this prestigious tournament.

Principal Dr. Nisha Bhargava congratulated Manisha on her selection and expressed hope that she will contribute to the best of her ability in making the country proud. Dr. Bhargava informed that the college's Physical Education Department has brought many laurels to the college including winning the Panjab University Women's General Efficiency Sports Shield 39 times in the college's existence of 52 years and grooming sportspersons of repute including Team India cricketers Taniya, Harleen and Riddhima.

एमसीएम की छात्रा मनीषा का एएफसी महिला एशिया कप- 2022 के कोचिंग कैंप में चयन

माई सिटी रिपोर्टर

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन- 36 की फुटबॉलर मनीषा को आगामी एएफसी महिला एशिया कप- 2022 के लिए राष्ट्रीय कोचिंग कैंप में चुना गया है। डेढ़ महीने का कोचिंग कैंप गोवा में आयोजित किया जाएगा। उनकी इस उपलब्धि पर परिजन और कॉलेज का स्टाफ बेहद खुश है।

मूल रूप से होशियापुर की रहने वाली मनीषा ने बताया उन्होंने 6 वर्ष पहले आठवीं कक्षा में फुटबॉल खेलना शुरू किया था। उन्होंने इसी वर्ष एमसीएम कॉलेज में बीए में दाखिला लिया है। उनकी माता राजकुमारी गृहणी हैं और पिता नरेंद्रपाल एक हादसे के बाद से काम नहीं कर पाते हैं।

उनकी बड़ी बहनें ही घर चलाती हैं और उनकी पढ़ाई व खेल इत्यादि में मदद करती हैं। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने मनीषा को उसके चयन पर बधाई दी ।

एमसीएम की मनीषा कॉलेज प्राचार्य डॉ निशा के साथ।

देश के सीनियर महिला फुटबॉलरों की सूची में शामिल है मनीषा

देश के सीनियर महिला फुटबॉल टीम के 30 फुटबॉलरों की सूची में शामिल मनीषा ने विभिन्न अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर के फुटबॉल प्रतियोगिताओं में भाग लिया है। मनीषा ने टर्किश कप 2019, स्पेन कॉटिफ कप 2019, नेपाल दक्षिण एशियाई खेल, हीरो गोल्ड कप 2019, एसएएफएफ कप चैंपियनशिप 2019, ब्रिक्स कप दक्षिण अफ्रीका 2018 आदि प्रतियोगिताओं में हिस्सा लिया है। मनीषा ने अब तक फुटबॉल में स्वर्ण और एक कांस्य पदक जीता है।

एमसीएम की मनीषा कॉलेज प्राचार्य डॉ निशा के साथ।

एमसीएम की फुटबॉलर का नेशनल कैंप में चयन

चंडीगढ़ (ट्रिन्यू) : मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की खेल गतिविधियों में अपनी प्रशंसनीय उपलब्धियों की श्रृंखला में एक और कड़ी जुड़ गयी जब कॉलेज की फुटबॉलर सुश्री मनीषा को आगामी एएफसी महिला एशिया कप 2022 के लिए राष्ट्रीय कोचिंग कैंप में चुना गया है। यह डेढ़ महीने का कोचिंग कैंप गोवा में आयोजित किया जा रहा है। देश के सीनियर महिला फुटबॉल टीम के 30 फुटबॉलरों की सूची में शामिल मनीषा ने विभिन्न अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर के फुटबॉल प्रतियोगिताओं में भाग लिया है।

फुटबॉलर मनीषा प्रिंसीपल डॉ. नीशा भार्गव व खेल विभाग के सदस्यों के साथ। (छायाः गुरिंद्र सिंह)

एमसीएम की फुटबॉलर का नैशनल कैंप में चयन

चंडीगढ़, 10 दिसम्बर (राम सिंह बराड़): मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन की खेल गतिविधियों में अपनी प्रशंसनीय उपलब्धियों की श्रंखला में एक और कड़ी जुड़ गई जब कॉलेज की फुटबॉलर मनीषा को आगामी एएफसी महिला एशिया कप 2022 के लिए राष्ट्रीय कोचिंग कैंप में चुना गया है। यह डेढ़ महीने का कोचिंग कैंप गोवा में आयोजित किया जा रहा है। देश के सीनियर महिला फुटबॉल टीम के 30 फुटबॉलरों की सूची में शामिल, मनीषा ने विभिन्न अंतर्राष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर के फुटबॉल प्रतियोगिताओं में भाग लिया है, जिसमें टर्किश कप 2019, स्पेन कॉटिफ कप 2019, नेपाल दक्षिण एशियाई खेल, हीरो गोल्ड कप 2019, एसएएफएफ कप चैंपियनशिप 2019, ब्रिक्स कप दक्षिण अफ्रीका 2018 आदि शामिल हैं। 3 स्वर्ण और एक कांस्य विजेता मनीषा एक होनहार खिलाड़ी है और इस प्रतिष्ठित टूर्नमिंट में भारत का प्रतिनिधित्व करने के लिए उत्साहित है। कॉलेज की प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव ने मनीषा को उसके चयन पर बधाई दी और उम्मीद जताई कि वह देश को गौरवान्वित करने में अपनी क्षमता का सर्वश्रेष्ठ योगदान देगी। डॉ. भार्गव ने बताया कि कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग ने कॉलेज के 52 वर्षों के अस्तित्व में 39 बार पंजाब यूनिवर्सिटी विमेंस जनरल एफिशिएंसी स्पोर्ट्स शील्ड जीती है तथा इसी विभाग की तीन क्रिकेटर्स तान्या, हरलीन और रिद्धिमा टीम इंडिया का हिस्सा हैं।

एमसीएम की फुटबॉलर का नेशनल कैंप में चयन

ह्यूमन इंडिया/विनोद कुमार

चंडीगढ़। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की खेल गतिविधियों में अपनी प्रशंसनीय उपलबधियों की श्रंखला में एक और कड़ी जुड़ गयी जब कॉलेज की फुटबॉलर सुश्री मनीषा को आगामी एएफसी महिला एशिया कप 2022 के लिए राष्ट्रीय कोचिंग कैंप में चुना गया है। यह डेढ़ महीने का कोचिंग कैंप गोवा में आयोजित किया जा रहा है। देश के सीनियर महिला फुटबॉल टीम के 30 फुटबॉलरों की सूची में शामिल, मनीषा ने विभिन्न अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर के फुटबॉल प्रतियोगिताओं में भाग लिया है, जिसमें टर्किश कप 2019, स्पेन कॉटिफ कप 2019, नेपाल दक्षिण एशियाई खेल, हीरो गोल्ड कप 2019, एसएएफएफ कप चैमपियनशिप 2019, ब्रिक्स कप दक्षिण अफ्रीका 2018 आदि शामिल हैं। 3 स्वर्ण और एक कांस्य विजेता मनीषा एक होनहार खिलाड़ी है और इस प्रतिष्ठित टूर्नामेंट में भारत का प्रतिनिधित्व करने के लिए उत्साहित है। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने मनीषा को उसके चयन पर बधाई दी और उम्मीद जताई कि वह देश को गौरवानवित करने में अपनी क्षमता का सर्वश्रेष्ठ योगदान देगी। डॉ। भार्गव ने बताया कि कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग ने कॉलेज के 52 वर्षों के असतित्व में 39 बार पंजाब यूनिवर्सिटी विमेंस जनरल एफिशिएंसी स्पोर्ट्स शील्ड जीती है तथा इसी विभाग की तीन क्रिकेटर्स तान्या, हरलीन और रिद्धिमा टीम इंडिया का हिस्सा हैं।

एमसीएम की फुटबॉलर का नेशनल कैंप में चयन

चंडीगढ़ (हिमप्रभा ब्यूरो)। मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वीमेन की खेल गतिविधियों में अपनी प्रशंसनीय उपलब्धियों की श्रंखला में एक और कड़ी जुड़ गयी जब कॉलेज की फुटबॉलर सुश्री मनीषा को आगामी एएफसी महिला एशिया कप 2022 के लिए राष्ट्रीय कोचिंग कैंप में चुना गया है। यह डेढ़ महीने का कोचिंग कैंप गोवा में आयोजित किया जा रहा है। देश के सीनियर महिला फुटबॉल टीम के 30 फुटबॉलरों की सूची में शामिल, मनीषा ने विभिन्न अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर के फुटबॉल प्रतियोगिताओं में भाग लिया है, जिसमें टर्किश कप 2019, स्पेन कॉटिफ कप 2019, नेपाल दक्षिण एशियाई खेल, हीरो गोल्ड कप 2019, एसएएफएफ कप चैम्पियनशिप 2019, ब्रिक्स कप दक्षिण अफ्रीका 2018 आदि शामिल हैं। 3 स्वर्ण और एक कांस्य विजेता मनीषा एक होनहार खिलाड़ी है और इस प्रतिष्ठित टूर्नामेंट में भारत का प्रतिनिधित्व करने के लिए उत्साहित है। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ निशा भार्गव ने मनीषा को उसके चयन पर बधाई दी और उम्मीद जताई कि वह देश को गौरवान्वित करने में अपनी क्षमता का सर्वश्रेष्ठ योगदान देगी। डॉ। भार्गव ने बताया कि कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग ने कॉलेज के 52 वर्षों के अस्तित्व में 39 बार पंजाब यूनिवर्सिटी विमेंस जनरल एफिशिएंसी स्पोर्ट्स शील्ड जीती है तथा इसी विभाग की तीन क्रिकेटर्स तान्या, हरलीन और रिद्धिमा टीम इंडिया का हिस्सा हैं।

एमसीएम की फुटबॉलर का नैशनल कैंप में चयन

नैशलन कैंप के लिए चुनी गई फुटबॉलर मनीषा मध्य, साथ में स्कूल प्रिंसीपल डा. निशा भार्गव व अन्य।

चंडीगढ़, 10 दिसंबर (अमित) : एमसीएम डीएवी कॉलेज सैक्टर-36 की फुटबॉलर मनीषा को आगामी एएफसी महिला एशिया कप 2022 के लिए राष्ट्रीय कोचिंग कैंप में चुना गया है। यह कोचिंग कैंप डेढ़ महीने से गोवा में संचालित है। देश के सीनियर महिला फुटबॉल टीम के 30 फुटबॉलरों की सूची में शामिल मनीषा ने विभिन्न अंतर्राष्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर के फुटबॉल प्रतियोगिताओं में भाग लिया है, जिसमें टर्किश कप 2019, स्पेन कॉटिफ कप 2019, नेपाल दक्षिण एशियाई खेल, हीरो गोल्ड कप 2019, एसएएफएफ कप चैम्पियनशिप 2019, ब्रिक्स कप दक्षिण अफ्रीका 2018 आदि शामिल हैं। 3 स्वर्ण और एक कांस्य विजेता मनीषा एक होनहार खिलाड़ी है और इस प्रतिष्ठित टूर्नामैंट में भारत का प्रतिनिधित्व करने के लिए उत्साहित है। कॉलेज की प्रिंसीपल डा. निशा भार्गव ने मनीषा को उसके चयन पर बधाई दी और उम्मीद जताई कि वह देश को गौरवान्वित करने में अपनी क्षमता का सर्वश्रेष्ठ योगदान देगी। डा. भार्गव ने बताया कि कॉलेज के फिजिकल एजुकेशन विभाग ने कॉलेज के 52 वर्षों के अस्तित्व में 39 बार पंजाब यूनिवर्सिटी वूमैंस जनरल एफिशियंसी स्पोर्ट्स शील्ड जीती है तथा इसी विभाग की तीन क्रिकेटर्स तान्या, हरलीन और रिद्धिमा टीम इंडिया का हिस्सा हैं।

Harleen Deol takes one of the most jaw-dropping catches ever seen

Harleen Deol took one of the most sensational and stunning catches in the history of women's cricket to dismiss England batter Amy Jones during the 1st T20I at Northampton. Jones was batting on 43 when in the 19th over, off the bowling of Shikha Pandey, she chipped down the pitch hoping to clear the in-field. The shot was well-timed and it seemed as if the ball would carry over the ropes. But between her and her plans was Deol, who was positioned at long-off. As the ball reached her, Deol timed her jump perfectly and caught it safely, but the momentum took her over the ropes. An alert Deol realised it and threw the ball back in, but before the it could touch the ground, she jumped back in the nick of time and dove full stretched to complete the catch.

Indian women cricketer Harleen Deol displayed an outstanding effort on the field while taking a catch to dismiss England's Amy Ellen Jones on Friday's T20I

A field day for Harleen

Coaches and veterans in the field applaud the brilliance of a catch by this women's cricketer

BIPIN DANI

Although India lost the first T20I, Indian women cricketer Harleen Deol displayed an outstanding effort on the field while taking a scintillating catch to dismiss England's well-set Amy Ellen Jones on Friday night. The catch prevented Amy from reaching her half century.

Suman Sharma, who coached the players last year, compared her fielding to that of the world's most renowned cricketer, Jonty Rhodes.

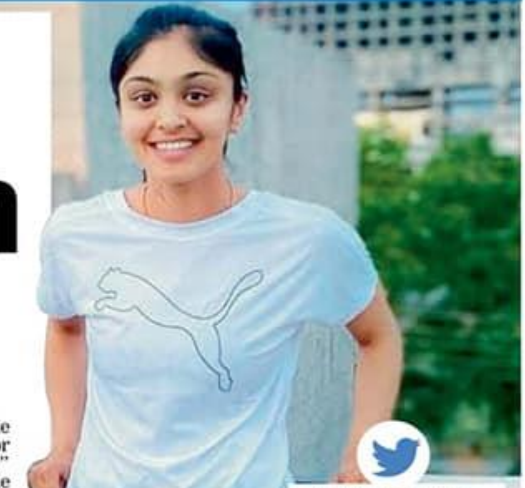
"It was a brilliant gymnastic catch, with a beautiful combination of agility and concentration, and her diving skills were excellent. This reminds me of Jonty Rhodes, who is known as the God of fielding," says Suman.

Unlike Suman, however, Shanta Rangaswami, former Test cricketer and first woman cricketer recipient of BCCI's Lifetime Achievement Award, didn't compare it with anyone else. Instead, she said, "It was a brilliant catch by Harleen Deol. It showed not only her catching skill but also mental alertness. She will be an inspiration for young women cricketers. In fact, I would like Harleen to establish herself in the team and become a role model for other aspiring women cricketers."

"It showed not only her catching skill but also mental alertness. She will be an inspiration for young women cricketers. In fact, I would like Harleen to establish herself in the team and become a role model for other aspiring women cricketers," says Shanta Rangaswami, former Test cricketer

Tushar Arother, who'd been the women's team coach, also applauds the catch as an extraordinary one. "She displayed good presence of mind, fitness levels and full effort. She has been an extraordinary fielder and fit too. We need such players in our team." Another coach, Biju George, who has worked with the women's team as fielding coach, also praised Harleen's superb effort on the field. "Harleen has been an outstanding fielder in the deep position on the field. India has some other outstanding deep fielders like Jemmina Rodrigues and Smriti Mandhana. They are all the best fielders in the world. Harleen's diving and sliding technique is superb in this catch."

Another women's team coach, Purnima Rau, called Harleen's a stunning catch. "It raises the bar for women's cricket. Harleen has displayed fitness, courage, presence of mind and constant practice."



ANAND MAHINDRA: "Nope. Not possible. Couldn't have happened. Must be some special effects trick. What? It was real? Ok, move over Gal Gadot; the real WonderWoman is here..."

LAKSHMI M PURI: "@imharleendeol's incredible flight & sensational landing has now been written in golden words in history of world #cricket! What an inspiration to all the women out there to take a plunge, re-enter & catch the opportunity! You go girl #HarleenDeol!"

SACHIN TENDULKAR: "That was a brilliant catch @imharleenDeol. Definitely the catch of the year for me!"

SMRITI IRANI: "Women in Blue setting new benchmarks. More power to @imharleenDeol!"

PRIYANKA GANDHI VADRA: "Amazing! Women are just the best!"

एमसीएम की 'सुपरवुमन' हरलीन ने रचा इतिहास

चंडीगढ़ ■ रोज़ाना ब्यूरो

नॉर्थम्प्टन में भारत और इंग्लैंड के बीच महिला टी20 क्रिकेट मैच के दौरान ऐतिहासिक कैच पकड़ने के लिए प्रधान मंत्री श्री नरेंद्र मोदी, सचिन तेंदुलकर और वीवीएस लक्ष्मण जैसे भारतीय क्रिकेट के दिग्गजों से प्रशंसा प्राप्त करने वाली हरलीन देओल- मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वुमन, चंडीगढ़ बीए अंतिम वर्ष की छात्रा ने अपने करतब से संस्थान को गौरवान्वित किया है। प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने एक इंस्टाग्राम स्टोरी में, जिसे केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण और युवा मामले और खेल मंत्री श्री अनुराग ठाकुर ने भी ट्वीट करेक हरलीन के कैच को 'अभूतपूर्व' करार दिया। भारत के लिए अपने 10वें टी20 मैच के दौरान सीमा रेखा पर असंभव लगने वाले कैच ने उन्हें 'वंडरवुमन' और 'सुपरवूमन' का खिताब दिलाया, जो इस बात को दोहराता है कि एमसीएम में छात्रों को सारगर्भित महिला बनने के लिए तैयार किया जाता है।

एमसीएम की सुपरवुमन हरलीन ने रचा इतिहास, पीएम मोदी ने दी बधाई

चंडीगढ़ (जगमार्ग न्यूज)। नॉर्थ एटन में भारत और इंग्लैंड के बीच महिला टी20 क्रिकेट मैच के दौरान ऐतिहासिक कैच पकड़ने के लिए प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी, सचिन तेंदुलकर और वीवीएस लक्ष्मण जैसे भारतीय क्रिकेट के दिग्गजों से प्रशंसा प्राप्त करने वाली हरलीन देओल- एमसीएम डीएवी कॉलेज फॉर वुमन, चंडीगढ़ बीए अंतिम वर्ष की छात्रा ने अपने करतब से संस्थान को गौरवान्वित किया है। प्रधानमंत्री ने एक इंस्टाग्राम स्टोरी में, जिसे केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण और युवा मामले और खेल मंत्री अनुराग ठाकुर ने भी ट्वीट करेक हरलीन के कैच को अभूतपूर्व करार दिया। भारत के लिए अपने 10वें टी20 मैच के दौरान सीमा रेखा पर असंभव लगने वाले कैच ने उन्हें वंडरवुमन और सुपरवूमन का खिताब दिलाया, जो इस बात को दोहराता है कि एमसीएम में छात्रों को सारगर्भित महिला बनने के लिए तैयार किया जाता है। क्रिकेट के इतिहास में स्वर्णिम अक्षरों में अपना नाम दर्ज कराने वाले शानदार कैच के लिए हरलीन को बधाई देते हुए, प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि संस्थान हरलीन की उपलब्धि पर बेहद गर्वित महसूस कर रही है।

MCM's 'superwoman' Harleen creates history, PM Modi congratulates her

CHANDIGARH: Garnering praise from various quarters, including Prime Minister Narendra Modi and the stalwarts of Indian cricket like Sachin Tendulkar and VVS Laxman, for her historic catch during the Women's T20 cricket match between India and England at Northampton, Harleen Deol- a student of BA final year at Mehr Chand Mahajan DAV College for Women, Chandigarh has made the institution proud with her feat. Prime Minister Narendra Modi, in an Instagram story that was also tweeted by Union Minister for I & B and Youth Affairs and Sports Anurag Thakur, congratulated Harleen terming her catch 'phenomenal'. The seemingly impossible catch on the boundary line during Harleen's 10th T20 match for India has earned her the titles of 'WonderWoman' and 'Superwoman', which reiterates the way students are groomed at MCM to be women of substance. Congratulating Harleen for her stupendous catch that has etched her name in cricketing history in bold letters, Principal Dr. Nisha Bhargava said that the institution feels extremely proud of Harleen's achievement and announced that the college will be honouring Harleen and her family and will also give her a cash award.

क्रिकेटर हरलीन को आगे की शिक्षा मुफ्त प्रदान करेगा कॉलेज

माई सिटी रिपोर्टर

हरलीन देओल

एमसीएम डीएवी की प्राचार्य ने कहा- हरलीन की उपलब्धि पर गर्व

कॉलेज की ओर से हरलीन और उनके परिवार को किया जाएगा सम्मानित

चंडीगढ़। एमसीएम डीएवी कॉलेज-36 ने बीए अंतिम वर्ष की छात्रा और क्रिकेटर हरलीन देओल की आगे पढ़ाई मुफ्त में प्रदान करने की घोषणा की है। शनिवार को इंग्लैंड के खिलाफ टी-20 मैच में ऐतिहासिक कैच लपकने की उनकी हर जगह प्रशंसा हो रही है।

कॉलेज प्राचार्य डॉ. निशा भार्गव ने रविवार को बताया कि संस्थान हरलीन की उपलब्धि पर बेहद गर्वित है। संस्थान हरलीन और उनके परिवार को सम्मानित करने के साथ नकद पुरस्कार, प्रशस्ति पत्र और आगे की शिक्षा मुफ्त प्रदान करेगा।

उन्होंने बताया कि हरलीन को 2018 में कॉलेज के स्वर्ण जयंती समारोह के दौरान पुडुचेरी की तत्कालीन उपराज्यपाल डॉ. किरण बेदी की ओर से भी सम्मानित किया गया था। नॉर्थम्प्टन में भारत और इंग्लैंड के बीच महिला टी-20 क्रिकेट मैच के दौरान ऐतिहासिक कैच पकड़ने के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, सचिन तेंदुलकर और वीवीएस लक्ष्मण जैसे भारतीय क्रिकेट के दिग्गजों से प्रशंसा प्राप्त करना हरलीन के साथ कॉलेज के लिए भी गर्व की बात है। हरलीन देयोल सहित भारतीय क्रिकेट टीम में कॉलेज की तीन छात्राएं हैं। इनमें तानिया भाटिया और रिद्धिमा शामिल हैं। समस्त डीएवी समुदाय ने हरलीन को उनके शानदार प्रदर्शन के लिए बधाई दी।

हरलीन देओल के जोरदार कैच की पीएम मोदी ने की जमकर तारीफ

नई दिल्ली। भारतीय महिला क्रिकेट टीम की सदस्य हरलीन देओल ने जब से इंग्लैंड के खिलाफ पहले टी-20 मैच में एमी जोन्स का बाउंड्री के पास जबरदस्त कैच पकड़ा है, तब से ही उनके कैच की सोशल मीडिया पर जमकर तारीफ हो रही है। उनके कैच की अब तक सचिन तेंदुलकर, मिताली राज जैसे दिग्गज खिलाड़ी तारीफ कर चुके हैं और अब इसमें भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का भी नाम शामिल हो गया है। मोदी ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट की स्टोरी पर हरलीन द्वारा लिए गए कैच को शेयर किया और उनकी जमकर तारीफ की। पीएम ने इस पोस्ट को हरलीन को टैग भी किया और लिखा कि, 'अद्भुत, बहुत शानदार।' इससे पहले हरलीन के इस कैच की तारीफ करते हुए मास्टर ब्लास्टर सचिन तेंदुलकर ने लिखा था कि, 'यह हरनील देओल द्वारा लाजवाब कैच था। जाहिर तौर पर यह मेरे लिए साल का सबसे बेस्ट कैच है।' हरलीन ने इंग्लैंड पारी के 19वें ओवर की पांचवीं गेंद पर जोन्स का लाजवाब कैच पकड़ा। हरलीन ने हवा में छलांग लगाते हुए पहले गेंद को बाउंड्री पार जाने से रोका और फिर दूसरी बार में उसको कैच में तब्दील कर दिया। इस मैच में पहले बल्लेबाजी करते हुए इंग्लैंड ने 20 ओवर में 7 विकेट खोकर 177 रन बनाए थे। टीम की तरफ से नताली सीवर और एमी जोन्स ने विस्फोटक पारी खेली। इंग्लैंड से मिले 178 रनों के जवाब में भारत ने 8.4 ओवर में 3 विकेट खोकर 54 रन ही बनाए थे कि तभी मुकाबले पर मौसम की मार पड़ी और उसके बाद एक भी गेंद का खेल संभव नहीं हो सका। आखिर में इंग्लैंड को अंपायरों द्वारा 18 रन से विजयी घोषित किया गया।

• हरलीन देओल को सम्मानित करेगा एमसीएम कॉलेज... इंग्लैंड के खिलाफ बाउंड्री लाइन पर शानदार कैच पकड़कर

मोहाली की हरलीन देओल स्टार बन गई हैं। हर ओर उन्हीं की चर्चा चल रही है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, सचिन तेंदुलकर, खेलमंत्री अनुराग ठाकुर जैसे बड़े-बड़े लोगों ने उनकी फिल्डिंग की तारीफ की। चंडीगढ़ के एमसीएम डीएवी कॉलेज ने फैसला लिया है कि हरलीन देओल को उनकी इस उपलब्धि के लिए सम्मानित किया जाएगा। कॉलेज ने घोषणा की है कि हरलीन और उनके परिवार को सम्मानित किए जाने अलावा उन्हें नकद पुरस्कार, प्रशस्ति पत्र और मुफ्त शिक्षा भी प्रदान की जाएगी। कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि हरलीन इसी कॉलेज की स्टूडेंट रही हैं। डॉ.निशा ने कहा कि हरलीन की वजह से कॉलेज का भी नाम भी ऊंचा हुआ है। ये कॉलेज के लिए गर्व की बात है।

एमसीएम की 'सुपरवूमैन' हरलीन ने रचा इतिहास, पीएम मोदी ने दी बधाई

चंडीगढ़, 11 जुलाई (रणजीत सिंह): नॉर्थम्प्टन में भारत और इंग्लैंड के बीच महिला टी20 क्रिकेट मैच के दौरान ऐतिहासिक कैच पकड़ने के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, सचिन तेंदुलकर और वीवीएस लक्ष्मण जैसे भारतीय क्रिकेट के दिग्गजों से प्रशंसा प्राप्त करने वाली हरलीन देओल-मेहर चंद महाजन डीएवी कॉलेज फॉर वूमैन, चंडीगढ़ बीए अंतिम वर्ष की छात्रा ने अपने करतब से संस्थान को गौरवान्वित किया है। प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने एक इंस्टाग्राम स्टोरी में, जिसे केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण और युवा मामले और खेल मंत्री अनुराग ठाकुर ने भी ट्वीट करेक हरलीन के कैच को 'अभूतपूर्व' करार दिया। भारत के लिए अपने 10वें टी20 मैच के दौरान सीमा रेखा पर असंभव लगने वाले कैच ने उन्हें 'वंडरवूमैन' और 'सुपरवूमैन' का खिताब दिलाया, जो इस बात को दोहराता है कि एमसीएम में छात्रों को सारगर्भित महिला बनने के लिए तैयार किया जाता है। क्रिकेट के इतिहास में स्वर्णिम अक्षरों में अपना नाम दर्ज कराने वाले शानदार कैच के लिए हरलीन को बधाई देते हुए, प्रिंसीपल डॉ. निशा भार्गव ने कहा कि संस्थान हरलीन की उपलब्धि पर बेहद गर्वित महसूस कर रही है। उन्होंने यह भी घोषणा की, कॉलेज हरलीन और उसके परिवार को सम्मानित करेगा और नकद पुरस्कार, प्रशस्ति पत्र और मुफ्त शिक्षा भी प्रदान करेगा। डॉ. भार्गव ने बताया कि हरलीन को 2018 में कॉलेज के स्वर्ण जयंती समारोह के दौरान पुडुचेरी की तत्कालीन माननीय उपराज्यपाल डॉ. किरण बेदी द्वारा भी सम्मानित किया गया था। उन्होंने कहा कि यह कॉलेज के लिए बहुत गर्व की बात है।

हरलीन देओल सहित भारतीय क्रिकेट टीम में कॉलेज की तीन छात्राएं हैं, अन्य दो तानिया भाटिया और रिद्धिमा हैं। समस्त डीएवी समुदाय ने हरलीन को उनके शानदार प्रदर्शन के लिए बधाई दी और उनके सौभाग्य की कामना की।

The college continued to maintain a high level of performance in sports. In the Pandemic-torn session 2020-21., the sportswomen of the college participated and won laurels in several international and national level competitions.

15 footballers of Mehr Chand Mahajan DAV College for Women were part of winning team of Himachal Women Football League.

Parinaaz Dhaliwal won silver medals at National Shooting Championship and at the ISSF World Cup held in Delhi.

Mehr Chand Mahajan DAV College for Women's student and International swimmer Ms. Chahat Arora has been selected to participate in the 7th Uzbekistan Open Championships, which is a Tokyo Olympics qualification event in Tashkent, Uzbekistan.

Ms. Chahat also won 5 individual gold medals in Punjab State Senior Swimming Championship. With medals in many international and national competitions, Chahat has once again proved her mettle and made her alma mater proud.

Due to covid-19 pandemic, the inter-college and Inter-University competitions were cancelled. Our sports stars bagged the following positions in the events held at various levels.

Name	Game	Event	Level	Position
Heena Kang	Golf	Golf Championship, Ablatross Golf Tour, India	International	First
Harleen Deol	Cricket	T-20 World Championship	International	Participation
Vanshika Shahi	Shooting	All India Inter-University Championship 2020 New Delhi	National	Gold Medal
Parinaz Dhaliwal	Shooting	World Shooting Championship	International	Participation
Manisha	Judoka	Chandigarh Judoka Championship	National	Participation
Manisha	Football	National Football Association	International	Participation
Sanya	Fencing	Junior Team Women Sabre Category, Fencing Association of India	International	Represented India
Mumtaz	Fencing	Junior Fencing Championship, Fencing Association of India	International	Represented India

Report of initiatives taken by

Department of Physical Education

Session: 2020-21

Mehr Chand Mahajan DAV College for Women

Sector 36-A, Chandigarh (U.T.)

Compiled & Designed by :

Mr Ashish Mudgal