

Press Note

11/02/2025

नृत्य कौशल और नाट्य कौशल संवर्धन कार्यशाला

आज दिनांक 11/2/2025 को चौधरी बंसीलाल महिला महाविद्यालय में प्राचार्य डॉ. मंजीत सिंह जी के निदेशन में महिला प्रकोष्ठ के तत्वाधान में सात दिवसीय नृत्य कौशल और नाट्य कौशल संवर्धन कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। महिला प्रकोष्ठ प्रभारी श्रीमती पुष्पा जारवड ने बताया कि इस कार्यशाला का उद्देश्य छात्राओं में नृत्य कौशल संवर्धन करना, कृषि प्रतिभाओं को उजागर करना है। नृत्य कौशल के लगातार प्रशिक्षण से छात्राओं में समन्वय और कौशल प्रेरणा का विकास होता है। इस कार्यशाला के प्राशिक्षक श्रीमान संजय कुमार ने छात्राओं को हरियाणवी लोक नृत्य की आधारभूत टिप्स सिखाए। इस कार्यशाला में बड़ी संख्या में छात्राओं ने उत्साह और जोश के साथ भाग लेकर सक्रिय बनाने में योगदान दिया। इस अवसर पर डॉ. राजेन्द्र सिंह, श्रीमान जयपाल, श्रीमान रवि कुमार, श्रीमान वीरेंद्र सिंह, श्रीमती मीन कुमारी, श्रीमती सुशील, श्रीमती नीरू कपरा, श्रीमती नरेश कुमारी व अन्य स्टाफ मौजूद रहे।

महिला कॉलेज में नृत्य कौशल और नाटक कार्यशाला शुरू

जगत कान्ति ✻ (वीरेन्द्र)

तोशाम : चौधरी बंसीलाल महिला महाविद्यालय तोशाम में महिला प्रकोष्ठ के तत्वावधान में सात दिवसीय नृत्य कौशल और नाटक कौशल संवर्धन कार्यशाला का शुभारंभ किया गया। महिला प्रकोष्ठ प्रभारी पूजा जाखड़ ने बताया कि इस कार्यशाला का उद्देश्य छात्राओं में कौशल संवर्धन करना, छिपी प्रतिभाओं को उजागर करना है। नृत्य कौशल के लगातार प्रशिक्षण से छात्राओं में, समन्वय और प्रेरणा का विकास होता है। इस कार्यशाला के

प्रशिक्षक संजय कुमार ने छात्राओं को हरियाणवी लोक नृत्य की आधारभूत टिप्स सिखाए। इस कार्यशाला में बड़ी संख्या में छात्राओं ने उत्साह



और जोश के साथ भाग लेकर सफल बनाने में योगदान दिया। इस अवसर पर डॉ राजेन्द्र सिंह, जयपाल, रवि कुमार, वीरेन्द्र सिंह, मौन कुमारी, सुशील, नीरू बत्रा, नरेश कुमारी व अन्य स्टाफ सदस्य मौजूद रहे।

आज निर्वाचन 23 दिसंबर 2025 की स्थानीय नौवरी कंसीलर राजगीर महिला महाविद्यालय लौहाम में महिला समीक्षा के अन्तर्गत सात दिवसीय आत्मरक्षा और योग प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. मंजीत सिंह के मार्गदर्श में किया गया। उपरोक्त कार्यक्रम के साध-वि महाविद्यालय में श्रम नगरकार योग प्रशिक्षण का भी आयोजन किया गया। इस दौरान महाविद्यालय के शारीरिक शिक्षा के प्रोफेसर डॉ. वीरेन्द्र सिंह ने विद्यार्थियों को श्रम नगरकार के लिए प्रेरित किया। उन्होंने बताया कि छात्रों के लिए दैनिक जीवन में आत्मरक्षा और जागरूकता अप्रत्याशित घटना के बचाव के लिए तैयार रहने में मदद करती है। महिला समीक्षा की प्रभारी प्रेम कुमारी पिलानिया ने बताया कि इस कार्यक्रम का मुख्य छात्रों की समीक्षा के समय अपनी रक्षा के लिए मनोवैज्ञानिक, वैद्यकीय व शारीरिक रूप से मजबूत बनाना है। इस कार्यक्रम के प्रशिक्षक अजय शर्मा ने छात्रों को मुक्ता मारना सिखाया व दूसरे दिन के प्रशिक्षण कार्यक्रम में उंगली से हमला करना सिखाया। तीसरे व चौथे दिन शल्वी अटैक, पार्म अटैक, ब्लॉक अटैक आदि हिंस सिखाया। पांचवें, छठे व सातवें दिन छात्रों ने आत्मरक्षा रिव्स का अभ्यास किया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य छात्रों को मानसिक, वैद्यकीय और शारीरिक रूप से मजबूत बनाना है। इस कार्यक्रम में महाविद्यालय की आधिकांश छात्रों ने भाग लिया। इस अवसर पर महाविद्यालय के अध्यक्ष सदस्य डॉ. वीरेन्द्र, डॉ. राधिका शर्मा, डॉ. मीनू, डॉ. राधा, डॉ. निखा, डॉ. सरिता, कुमारी नरेश व समस्त स्टाफ सदस्य मौजूद रहे।

नौशाम। वीरवार को नौशाम
वैशाली राजकीय महिला
महाविद्यालय में महिला प्रभोक्त के
अंतर्गत सात दिवसीय अवसर
और योग प्रशिक्षण कार्यक्रम को
शुभारंभ महाविद्यालय के प्राचार्य
डॉ. मंजीत सिंह के भाषण से
किया गया। उपरोक्त कार्यक्रम के
साथ साथ महाविद्यालय में सुबह
नमस्कार योग प्रशिक्षण को भी
आयोजन किया गया।

छात्राओं ने सीखे आत्मरक्षा के गुर



साश्वत (सच कहें न्याय)। चौधरी कल्याण सिंह, महाविद्यालय, काशी में महिला उद्योग के अंतर्गत मानव विधायक आत्मरक्षा और योग अभियान कार्यक्रम के तहत तीन और आत्मरक्षा कार्यक्रम संचालित हुए। कार्यक्रम का आयोजन महिला विभाग के सहयोग से, सज्जन सिंह के मार्गदर्शन में महिला प्रबंधक द्वारा दो घंटे फिजिकल द्वारा किया गया।

इस दौरान छात्राओं को मानव विभाग का कार्य और कार्यक्रम का महत्व समझाया गया। कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए महिला विभाग के सदस्यों को धन्यवाद दिया गया।

साथ ही एक छात्रा को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया। आत्मरक्षा प्रशिक्षण में शामिल छात्राओं ने आत्मरक्षा के महत्व के बारे में जानकारी प्राप्त की। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया।



छात्राओं ने आत्मरक्षा के महत्व के बारे में जानकारी प्राप्त की।

आत्मरक्षा और योग शिविर का समापन

आत्मरक्षा और योग शिविर का समापन कार्यक्रम का आयोजन महिला विभाग के सहयोग से, सज्जन सिंह के मार्गदर्शन में महिला प्रबंधक द्वारा दो घंटे फिजिकल द्वारा किया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया।

आत्मरक्षा और योग शिविर का समापन कार्यक्रम का आयोजन महिला विभाग के सहयोग से, सज्जन सिंह के मार्गदर्शन में महिला प्रबंधक द्वारा दो घंटे फिजिकल द्वारा किया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत छात्राओं को आत्मरक्षा के महत्व के बारे में बताया गया।