

NOTICE

Date : 22/Aug/2023.

Subject: Schedule for NCC, Drill and Sports/Yoga Classes.

This is to inform all NCC cadets and college students about the following schedule:

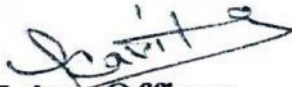
1. Drill Classes:

- **Drill Classes** will be conducted from **Monday to Thursday**.
- All NCC cadets are required to attend these sessions regularly.

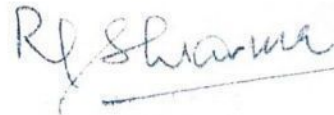
2. Sports/ Yoga Classes:

- **Sports Classes** will be held on **Friday and Saturday** including volleyball and Yoga Classes.
- **Yoga classes** are open to **all college students**, and participation is encouraged.

For any further information, kindly contact the undersigned.



**Care Taker Officer
NCC Unit
A.B.V.G.D.College Sunni**



**Principal
A.B.V.G.D.College Sunni**

Report on NCC Cadets Activities and College Recreation Programs

This report highlights the structured physical and recreational activities conducted for the NCC cadets and other students at our institution.

1. Volleyball Classes and Competitions (1st & 2nd Week)

Every 1st and 2nd week of the month, volleyball classes and competitions are organized specifically for the NCC cadets. These sessions are aimed at providing a recreational outlet, improving teamwork, coordination, and physical endurance among the cadets. The competitions foster a spirit of healthy competition and enhance their volleyball skills.

Objectives:

- Recreation and relaxation through sports
- Improvement of teamwork and coordination
- Physical fitness and stamina development

2. Yoga Classes (3rd & 4th Week)

During the 3rd and 4th week, we conduct yoga classes which are open to all students across the college. The objective of these classes is to promote physical wellness, mental clarity, and stress reduction. Through yoga, we aim to enhance the students' physical strength, flexibility, and mental peace, which supports overall personal development.

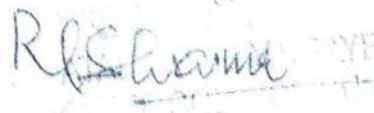
Objectives:

- Improve mental health through relaxation techniques
- Enhance physical flexibility and strength
- Promote holistic well-being for all students

These activities not only serve as a recreational break but also play a crucial role in the overall development of students' physical and mental capabilities. The participation from the students has been encouraging, with a positive impact on their health and well-being.


Care Taker Officer

NCC Unit, A.B.V.G.D.College Sunni, Shimla





योग दिवस पर सुन्नी कॉलेज की एनएसएस इकाई और एसजेवीएन ने संयुक्त रूप से कॉलेज में मेगा कार्यक्रम आयोजित किया

सुन्नी, सोम भारद्वाज। अटल बिहारी वाजपेई कॉलेज सुन्नी, शिमला, (हि.प्र.) की एनएसएस इकाई ने एसजेवीएन सुन्नी के सहयोग से कॉलेज सभागार में सुबह 6 से 8 बजे तक योग अभ्यास सत्र का आयोजन किया। अभ्यास सत्र के दौरान योग भारती के प्रशिक्षक ने एनएसएस स्वयंसेवकों और एसजेवीएन कर्मचारियों को निर्देश दिए। योग सत्र के दौरान योग भारती प्रशिक्षक ने हमारे जीवन में योग के महत्व पर भी प्रकाश डाला। उन्होंने स्वयंसेवकों से योग को अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने पर जोर दिया क्योंकि योग मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य का सबसे अच्छा साधन है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 की थीम "स्वयं और समाज के लिए योग" के



GPS Map Camera





GPS Map Camera



GPS Map Camera







GPS Map Camera



मार्तं बुधान् प्रियं बुधान् न बुधान् मन्मथिभ्यम् ।
मासदां च प्रियं बुधान् एष धर्मः मन्मथिनः ॥
यस्य जीव प्रिय मन्मथ कर्तव्यं वा अर्थिनः सत्यं तर्हि कर्तव्यं
और प्रिय अन्वयं तर्हि तर्हि कर्तव्यं वा मन्मथिनः अर्हि ॥



GPS Map Camera



GPS Map Camera



GPS Map Camera

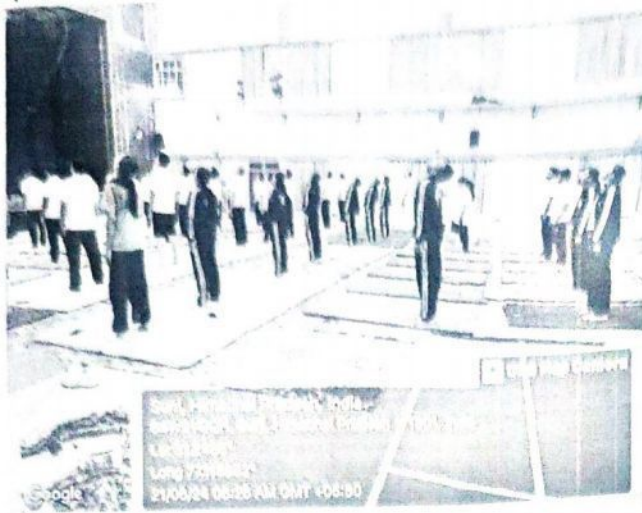


GPS Map Camera









सुन्नी कॉलेज में विद्यार्थियों ने किया योग अभ्यास

सुन्नी कॉलेज में विद्यार्थियों ने किया योग अभ्यास



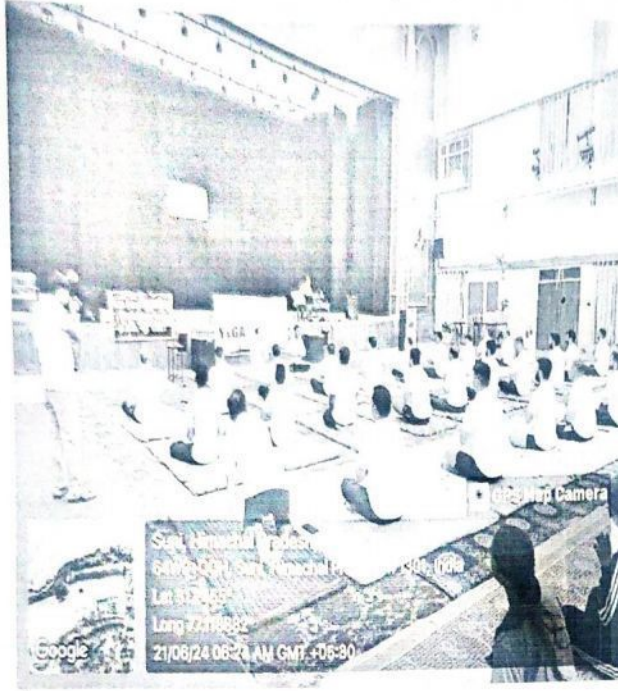
सुन्नी कॉलेज में विद्यार्थियों ने किया योग अभ्यास

Programme officers,

Dr. Man Mohan and Miss Sushmita Thakur

Principal,
Atal Bihari Vajpayee,
Govt. Degree College Sunni,
Distt. Shimla (H.P.)

On yoga day NSS unit of Sunni College and SJVN jointly conducted mega event in college
Sunni. Today on dated 21/06/2024 NSS unit of Atal Bihari Vajpayee Govt. College Sunni, Shimla, (H.P.) in collaboration with SJVN Sunni organized yoga practice session in college auditorium from 6 to 8 am in the morning. During the practice session instructor from Yoga Bharati instructed NSS volunteers and SJVN employees. During yoga session Yoga Bharati instructor also inlighted the importance of yoga in our life. They emphasized for volunteers to make yoga integral part of their life as yoga is a best tool of mental as well as physical health. In accordance with the theme of international yoga day 2024 "Yoga for Self and Society" few NSS volunteers also carried yoga practice session at home with their families and in society with mahila mandal of the Falindi village. NSS programme officer Dr. Man Mohan also participated in the yoga practice session.



योग दिवस पर सुन्नी कॉलेज की एनएसएस इकाई और एसजेवीएन ने संयुक्त रूप से कॉलेज में मेगा कार्यक्रम आयोजित किया

सुन्नी, सोम भारद्वाज। अटल बिहारी वाजपेई कॉलेज सुन्नी, शिमला, (हि.प्र.) की एनएसएस इकाई ने एसजेवीएन सुन्नी के सहयोग से कॉलेज सभागार में सुबह 6 से 8 बजे तक योग अभ्यास सत्र का आयोजन किया। अभ्यास सत्र के दौरान योग भारती के प्रशिक्षक ने एनएसएस स्वयंसेवकों और एसजेवीएन कर्मचारियों को निर्देश दिए। योग सत्र के दौरान योग भारती प्रशिक्षक ने हमारे जीवन में योग के महत्व पर भी प्रकाश डाला। उन्होंने स्वयंसेवकों से योग को अपने जीवन का अभिन्न अंग बनाने पर जोर दिया क्योंकि योग मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य का सबसे अच्छा साधन है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 की थीम "स्वयं और समाज के लिए योग" के अनुरूप, कुछ एनएसएस स्वयंसेवकों ने अपने परिवार के साथ घर पर और फलिंदी गांव की महिला मंडल के साथ समाज में योग अभ्यास सत्र चलाया। योगाभ्यास सत्र में एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ. मन मोहन ने भी भाग लिया।

