

IIM में हुई वॉकथान, स्टूडेंट्स और फैकल्टी ने की वॉक, 15 मिनट चलने से बर्न होती है 100 कैलोरी

रायपुर | आईआईएम कैम्पस में मानव संसाधन विकास मंत्रालय के सहयोग से गुरुवार सुबह वॉकथान रखी गई। फिट इंडिया मूवमेंट के तहत रखे गए कार्यक्रम में स्टूडेंट्स के साथ फैकल्टी मेंबर्स ने भी वॉक की। फिटनेस एक्सपर्ट सुजन मिश्रा के अनुसार 15 मिनट वॉक से 100 कैलोरी बर्न होती है। वॉकथान में डॉयरेक्टर प्रो. भारत भास्कर, डॉ. पीआरएस शर्मा, अर्चना पाराशर मौजूद रहे।

Dainik bhasker, 30th Aug. 2019,p.21.jpg