



Lecture on

PERFORMANCE AND RECOVERY IN SPORTS VIA NUTRITION SCIENCE



Resource Person



Date:- 13th April 2023
Time:- 12:00 to 01:00 pm
Venue:-Gymnastic Hall



Ms. Nikita Garg
CEO Entech Enterprise, UAE
Founder Entech Wellness, Mumbai
Celebrity Nutritionist Gold Medalist M.Tech Software Eng.

ORGANIZED BY
Internal Quality Assurance Cell (IQAC)
Indira Gandhi Institute of Physical Education
& Sports Sciences, DU



Prof. Sandhya Tiwari
Member, IQAC



Prof. Lalit Sharma
Member, IQAC



Prof. Rajbir Singh
Member, IQAC



Dr. Meenakshi
Member, IQAC



Prof. Samiran Chakraborty
Coordinator, IQAC



Prof. Sandeep Tiwari
Principal (Offg.)

<https://www.youtube.com/channel/UCjloRCswFiwC9GkEta5k5Xg>

Website: www.igipess.du.ac.in

<https://twitter.com/IGIPESS1>

<https://www.facebook.com/IGIPESS87>



**INDIRA GANDHI INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION &
SPORTS SCIENCES**

(University of Delhi)
B-Block, VIKASPURI, New Delhi-110 018.



Dated: 12.04.2023

Ref. No.IPE/2022/ 19179

It is to inform you that the IQAC is organizing a Workshop/Lecture on **Performance and Recovery in Sports via Nutrition Science** on **13th April, 2023 (Thursday) from 12:00 noon onwards** in the Gymnastics Hall of the Institute.

All the members of Teaching Staff and students are requested to make it convenient to attend the above said Programme.

All the concerned may please note the same.

Sd/-
(Prof. Sandeep Tiwari)
Principal (Offg.)

Copy to:

1. Circulation among Teaching Staff
2. Student Notice Board
3. S. O. (Admn.)
4. Sr. P.A to Principal (Offg.)
5. Computer Lab (uploading the same on the Institute's website)
6. Office File

(Prof. Sandeep Tiwari)
Principal (Offg.)



Dated: 12/04/2023

Ref. No. IPE/2023/IQAC/ 3 /

Ms. Nikita Garg
Entrepreneur,
CEO Entech Enterprise,
UAE Founder Entech Wellness.

Sub: Invitation as Resource Person of Workshop on "Performance and Recovery in Sports via Nutrition Science".

Dear Madam,

Thank You very much for accepting our invitation to act as a Resource Person for conducting awareness about the "Performance and Recovery in Sports via Nutrition Science" The date of the Workshop is on April 13th, 2023 at 12:00 noon onwards in the Gymnastics Hall of the Institute.

In this regard, you are requested to conduct the event on above mention dated with following details:

Venue: Gymnastics Hall, (Indira Gandhi Institute of Physical Education & Sports Sciences)
Dated: 13/04/2023
Time: 12:00 noon onwards


The IQAC request you to please send specific requirement, if any, to be needed to conduct the workshop on the Schedule date.

Your Kind presence and academic deliberation will benefit the participants.

Thanking you.

Yours sincerely,

M.D University,
Rohtak, Haryana


Prof. Samiran Chakraborty
Coordinator, IQAC





Indira Gandhi Institute of Physical Education & Sports Sciences

(University of Delhi), B-Block, Vikaspuri, New Delhi – 110018

Email: principal@igipess.du.ac.in : Website: www.igipess.du.ac.in

Lecture on
PERFORMANCE AND RECOVERY IN SPORTS VIA NUTRITION SCIENCE

Resource Person
Mr. Nikita
Nutritionist & Fitness Consultant

ORGANIZED BY
Internal Quality Assurance Cell (IQAC)
Indira Gandhi Institute of Physical Education & Sports Sciences, DU

Date:- 13th April 2023
Time:- 12:00 to 01:30 pm
Venue:- Gymnastic Hall

Prof. Sandhya Tiwari
Member, IQAC

Prof. Lalit Sharma
Member, IQAC

Prof. Rajbir Singh
Member, IQAC

Dr. Meenakshi
Member, IQAC

Prof. Samiran Chakraborty
Coordinator, IQAC

Prof. Sandeep Tiwari
Principal (Offg.)

<https://www.youtube.com/channel/UCj0RCSwFlwCBGk1ta5k3g> Website: www.igipess.du.ac.in <https://twitter.com/IGIPESS1> <https://www.facebook.com/IGIPESS17>

इंदिरा गांधी शारीरिक शिक्षा एवं खेल विज्ञान संस्थान (दिल्ली विश्वविद्यालय) में व्याख्यान शाला का आयोजन

"पोषण विज्ञान के माध्यम से खेलों में खिलाड़ी के बेहतर प्रदर्शन एवं रिकवरी" विषय पर संस्थान के जिम्नेशियम हॉल में व्याख्यान शाला का आयोजन दिनांक 13.04.2023 को किया गया। कार्यक्रम का आयोजन संस्थान द्वारा IQAC के तहत किया गया था। सुश्री निकिता गर्ग, खेल पोषण सलाहकार एवं संस्थापक Entech Enterprise Rakez FZ LLC, को कार्यशाला के लिए मुख्य वक्ता के तौर पर आमंत्रित किया गया था।



सर्वप्रथम व्याख्यान शाला की संयोजक डॉ० एकता भूषण सत्संगी ने अतिथि का स्वागत किया एवं उनका संक्षिप्त विवरण दिया। इस व्याख्यान शाला में संस्थान के विभिन्न पाठ्यक्रमों में पढ़ रहे करीबन 250 बच्चों ने हिस्सा लिया। इस दौरान संस्थान के अध्यापकगण भी उपस्थित रहे।



Indira Gandhi Institute of Physical Education & Sports Sciences

(University of Delhi), B-Block, Vikaspuri, New Delhi – 110018
Email: principal@igipess.du.ac.in : Website: www.igipess.du.ac.in



इस व्याख्यान शाला का मुख्य उद्देश्य बच्चों को पोषण के बारे में अवगत कराना था। सुश्री निकिता गर्ग, खेल पोषण सलाहकार ने खिलाड़ी के खेल जीवन में पोषण की भूमिका के बारे में बात की। उन्होंने बच्चों को बताया कि खिलाड़ी किस प्रकार पोषण रिकवरी में मदद करता है और खिलाड़ी के प्रदर्शन को बेहतर करता है। इस दौरान उन्होंने बच्चों के सवालों के जवाब भी दिए।



अंत में प्रोफेसर संदीप तिवारी, प्राचार्य (कार्यवाहक) ने अतिथि का धन्यवाद किया।

Saby
(Prof. Samiran Chakraborty)
Coordinator, IQAC