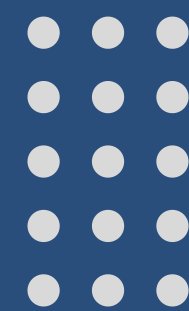


THRILL ZONE

BE FIT & THRILLED



124+ EVENTS | 10 YEARS | FITNESS EVENTS | PAN INDIA

Our Presence



DELHI | MAHARASHTRA | AHMEDABAD | HARYANA
UTTAR PRADESH | UTTARAKHAND | BIHAR | HIMACHAL PRADESH
BANGALORE | PUNJAB | CHANDIGARH

Since 2015

10
YEARS

+91-9873113034, +91-8630446801



PARTH KUSHWAHA

(Founder-Thrill Zone)

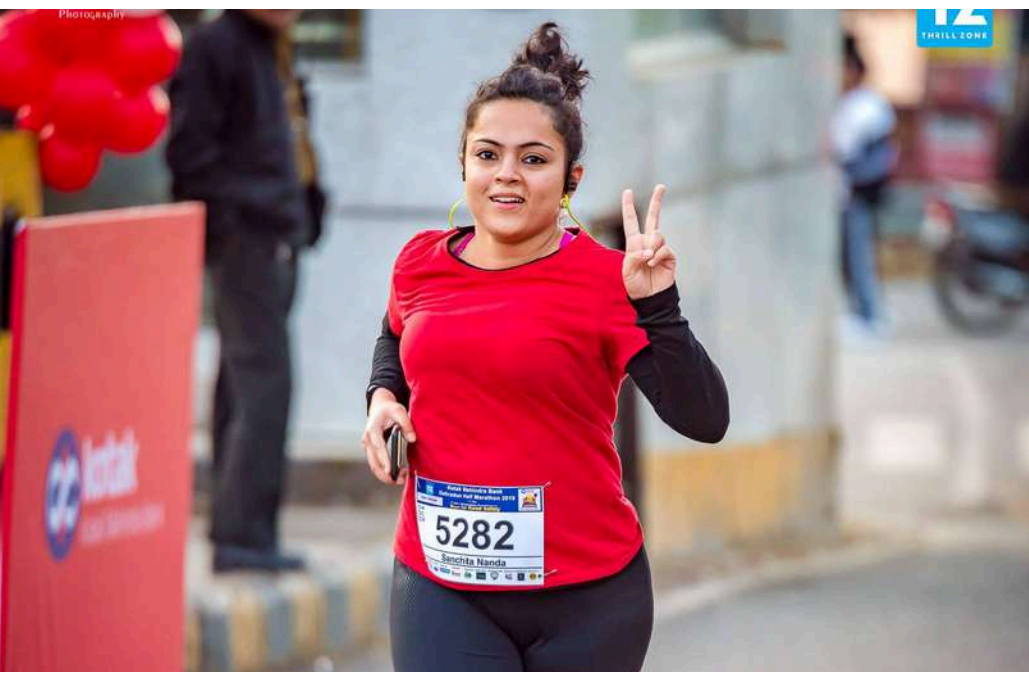


About :

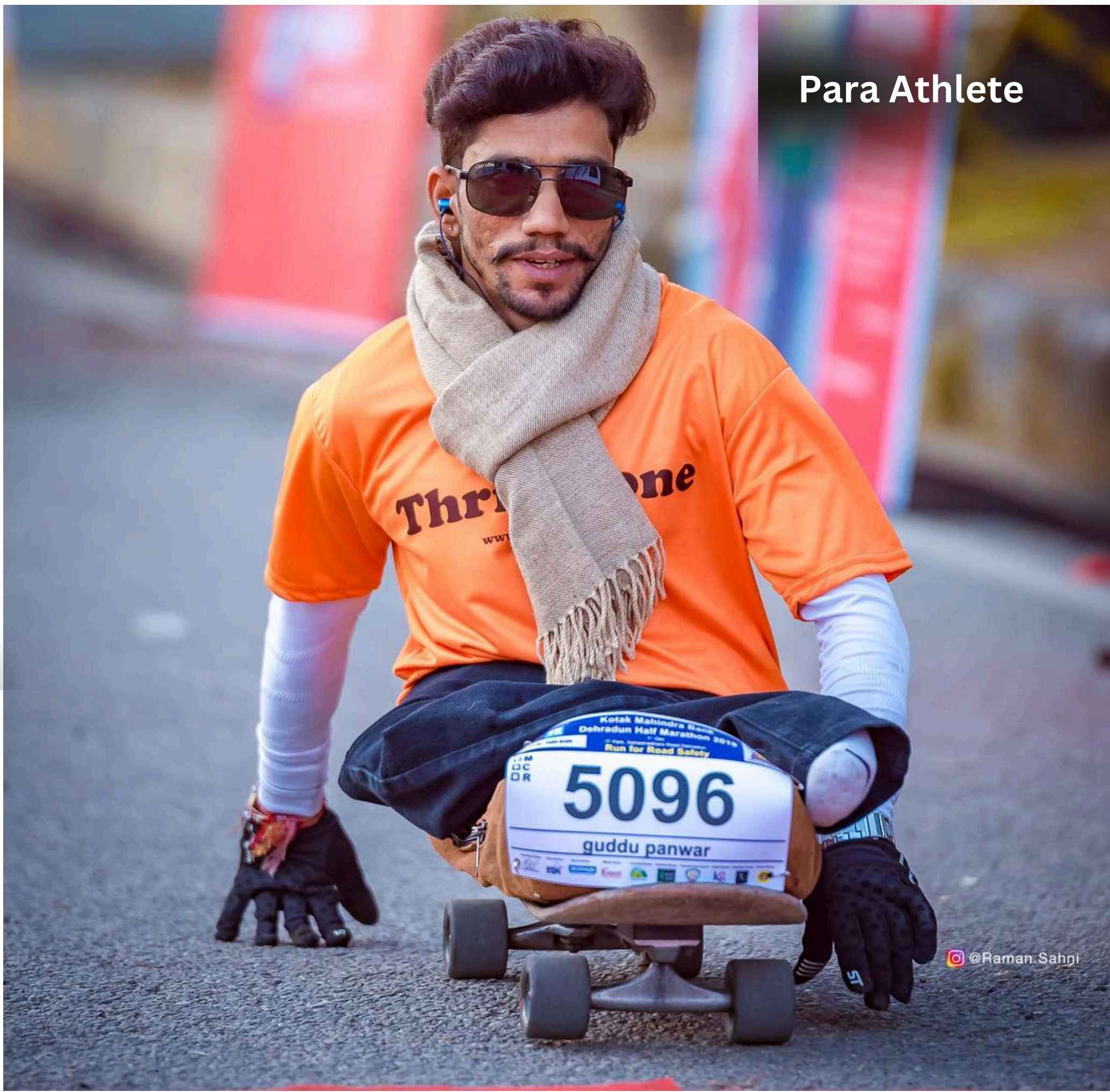
Parth Kushwaha (Formerly known as P.C. Kushwaha) is a social entrepreneur and passionate about physical fitness and wellness. He established his first entrepreneurial venture Thrill Zone at the age of 24, which aims to promote the importance of leading a healthy and fit lifestyle. Kushwaha is an accomplished long-distance runner, having participated in over 30 events across India. He founded Thrill Zone 10 years back in 2015, to motivate people to adopt a healthier lifestyle, and has organized over 124+ events across multiple cities in India. Kushwaha is also a certified Yoga practitioner (postgraduate in Yoga) and has completed the mountaineering Adventure course offered by the Nehru Institute of Mountaineering in Uttarkashi.

Milestones:-

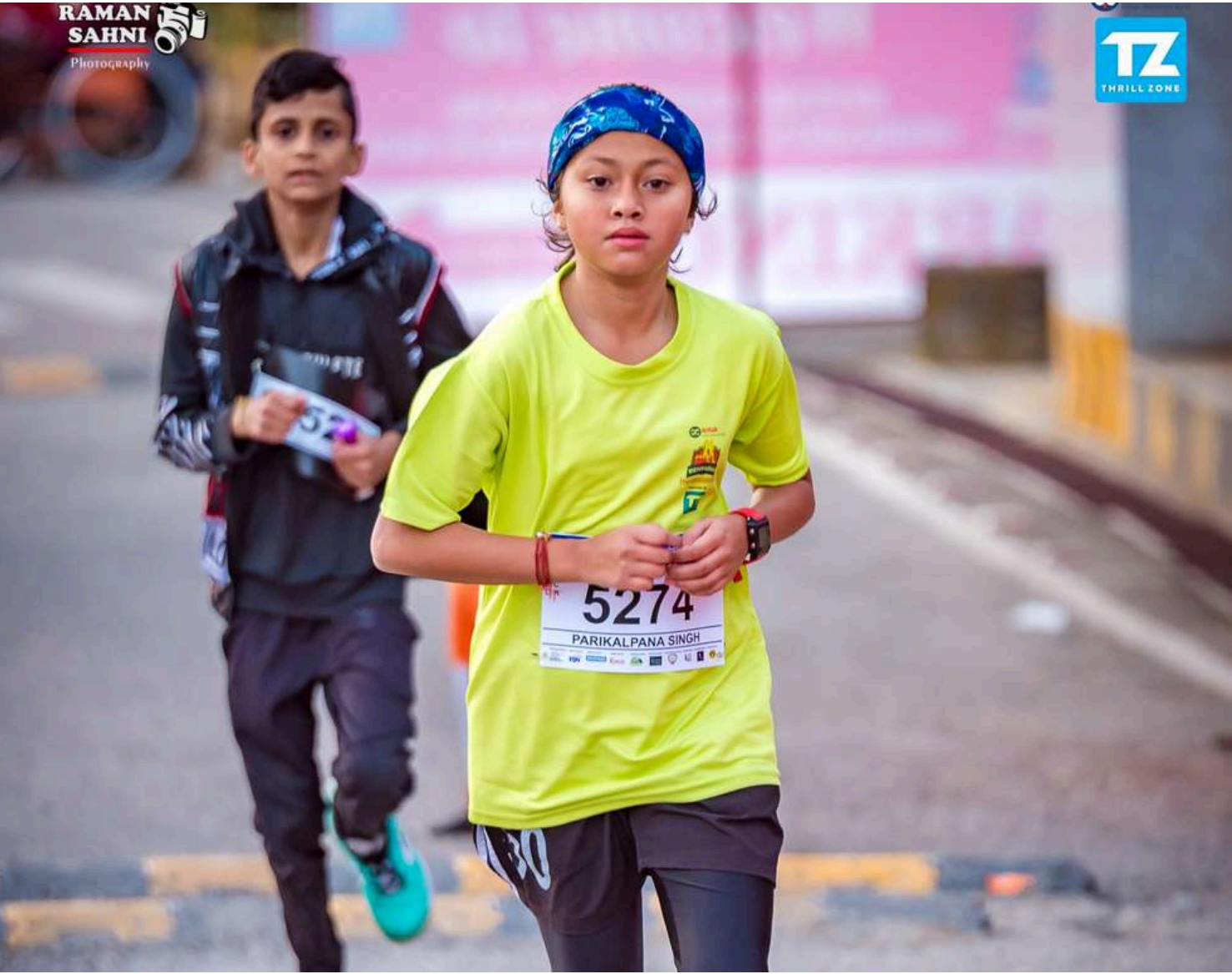
- Operating since 2015 and Organized 117 fitness events in the last 9 years.
- Partnered with the government organizations like Uttarakhand Police, Chandigarh Police, Punjab Police, Tourism Department, Health Department, Income-tax Department, etc.
- 1.5 Lakh Participants ran in our event organized/managed by us at Thrill Zone since 2015
- Specialized in organizing the Fitness events like Running, Cycling, Yoga, etc.
- We are sponsored by 200+ big organizations like Jio, Tata, Paytm, Kotak Mahindra Bank, Sbi Bank, Syndicate Bank, Indian Oil, Swiggy, Tupperware, Blackberrys, GoPro, Ficci Flo, Patanjali, etc



Wheel chair Runner



@Raman.Sahni

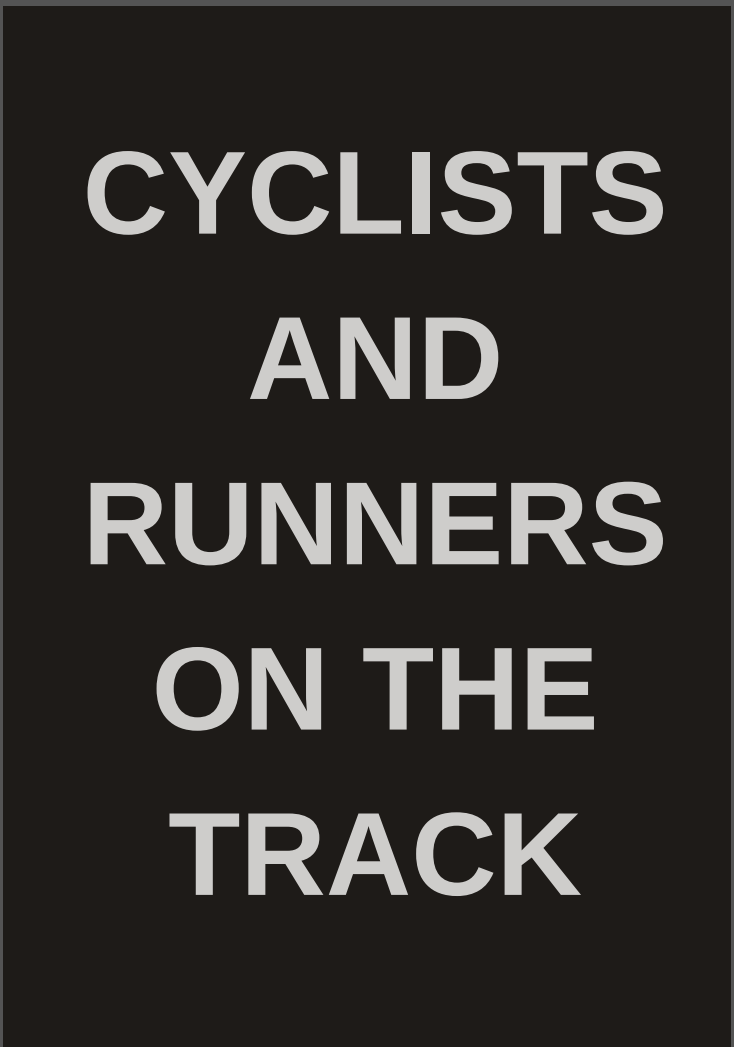


Blind Runner



THRILL ZONE EVENT CAPTURES











YOGA

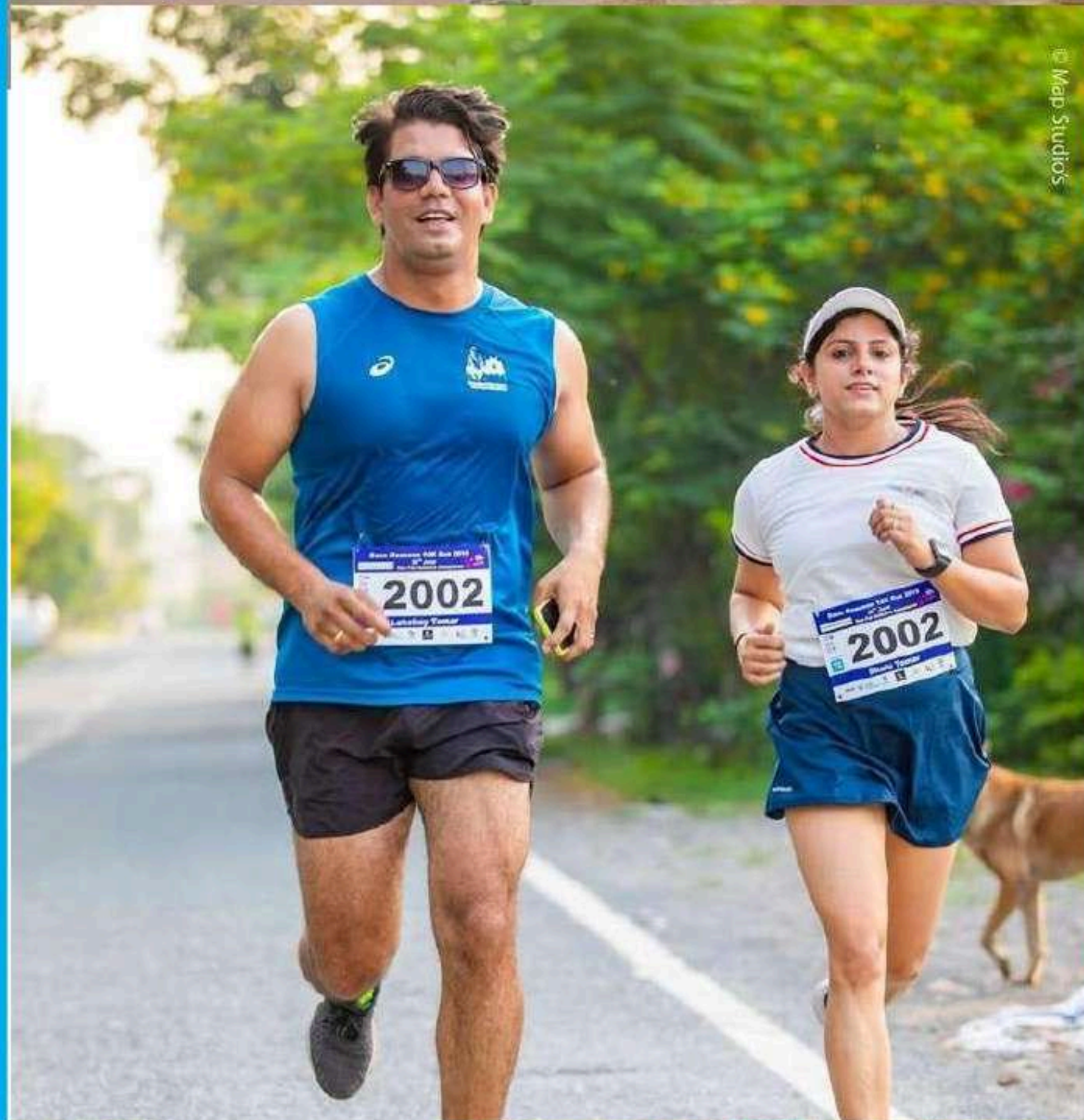
By Thrill Zone
@thethrillzone





© Map Studios







चंडीगढ़ : अग्रेस्ट ड्रग एव्यूज हाफ मैराथन में दौड़ते नेत्रहीन धावक । (मध्य) मैराथन में दौड़ता शाश्वत । (दाएं) 60 वर्ष से अधिक आयु वर्ग की श्रेणी में दौड़ते प्रतिभागी अमरजीत सिंह व अन्य • जलरंजन

हाफ मैराथन में नशा छोड़ने का संदेश देने के लिए दौड़े सिटीवासी

अग्रेस्ट ड्रग एव्यूज थीम पर हुआ आयोजन, अंडर - 18-25 आयु वर्ग की श्रेणी में अश्वनी और त्रिकुटि ने हासिल किया पहला स्थान



जास, चंडीगढ़ : थ्रिल जॉन ट्रस्ट की ओर से रविवार को अग्रेस्ट ड्रग एव्यूज हाफ मैराथन में रविवार को शहरवासियों ने बढ़चढ़ कर हिस्सा। इसमें मुख्य अतिथि के तौर पर दृष्टिहीन अमरजीत सिंह चावला पहुंचे, जिन्होंने खुद हाफ मैराथन में शामिल होकर खिलाड़ियों का हौसला बढ़ाया। यह दौड़ चंडीगढ़ क्लब से शुरू हुई और रॉक गार्डन, सुखना झील, आईटी पार्क से कूटन लेकर वापस चंडीगढ़ क्लब पर समाप्त हुई।

हाफ मैराथन में हिस्सा लेने वाले सभी प्रतिभागियों को दौड़ के उपरंत पदक, प्रमाणपत्र, टी शर्ट और स्प्रिंशमेंट दी गई। इसके अलावा विभिन्न श्रेणियों में विजेताओं को पुरस्कार स्वरूप ट्रॉफी भेंट की गई।

पांच किमी की दौड़ में सुखवीर व सुमित रहे विजेता
प्रतियोगिता के पांच किमी के महिला ओपन में सुखवीर गिल ने



चंडीगढ़ : हाफ मैराथन में अलग-अलग वर्ग के विजेता धावकों को ट्रॉफी देकर सम्मानित किया गया • जलरंजन

पुरस्कार पाने वाले पुरुष प्रतिभागी
इस हाफ मैराथन में पुरुषों की 18-25 आयु वर्ग की श्रेणी में अश्वनी कुमार ने पहला स्थान हासिल किया। वहीं 25-35 आयु वर्ग श्रेणी में जगदीश शिंदे ने, 35-45 आयु वर्ग की श्रेणी में रामिंदर सिंह भाटिया ने, 45-50 आयु वर्ग श्रेणी में स्टीफन वान डेर मर्वे ने, 50-60 आयु वर्ग श्रेणी में नरेश दहिया ने और 60 से



महिलाओं में यह रही विजेता
वहीं महिलाओं के टैगमेंटी में 18-25 आयु वर्ग श्रेणी में त्रिकुटि शर्मा ने पहला स्थान प्राप्त किया। वहीं 25-35 आयु वर्ग श्रेणी में रीना कपूर ने, 35-45 आयु वर्ग श्रेणी में सिमरन कौछड़ ने, 45-50 आयु वर्ग श्रेणी में नीरु कक्कर ने, 50-60 आयु वर्ग श्रेणी में हरमजीत भांगल और 60 से अधिक आयु वर्ग की श्रेणी में बिमला सांगवान ने पहला स्थान हासिल किया।

10 किमी के मुकाबले में पायल नेना और अनुराधा अक्कल
महिलाओं की 10 किमी की दौड़ में 18 वर्ष से अधिक आयु वर्ग श्रेणी में पायल सिंह ने पहला स्थान प्राप्त किया, जबकि नेना 18-50 आयु वर्ग श्रेणी में पहला स्थान प्राप्त करने वाली महिला थी। अनुराधा दीगरा 50 से अधिक आयु वर्ग में विजेता रही।

मनीष हरविंदर और सभाष को पहला स्थान

नशों के विरुद्ध हॉफ मैराथन प्रतिभागियों ने दिया संदेश, जिंदगी चुनो, नशा नहीं

पंजाब हॉफ मैराथन का चौथा संस्करण किया आयोजित



नशों के विरुद्ध आयोजित हॉफ मैराथन दौड़ में हिस्सा लेते हुए स्थानीय लोग।

चंडीगढ़, 7 अक्टूबर (प्रभास) : नशों के विरुद्ध हॉफ मैराथन (नशों के विरुद्ध हॉफ मैराथन) पर आयोजित हॉफ मैराथन का आयोजन किया गया। थ्रिल जॉन ट्रस्ट द्वारा रविवार को कराया जा रहा था। इसमें मुख्य अतिथि के तौर पर दृष्टिहीन अमरजीत सिंह चावला पहुंचे, जिन्होंने खुद हाफ मैराथन में शामिल होकर खिलाड़ियों का हौसला बढ़ाया। यह दौड़ चंडीगढ़ क्लब से शुरू हुई और रॉक गार्डन, सुखना झील, आईटी पार्क से कूटन लेकर वापस चंडीगढ़ क्लब पर समाप्त हुई।

हाफ मैराथन में हिस्सा लेने वाले सभी प्रतिभागियों को दौड़ के उपरंत पदक, प्रमाणपत्र, टी शर्ट और स्प्रिंशमेंट दी गई। इसके अलावा विभिन्न श्रेणियों में विजेताओं को पुरस्कार स्वरूप ट्रॉफी भेंट की गई।

चंडीगढ़ में नशों के विरुद्ध आयोजित हॉफ मैराथन में अनेक वर्गों के साथ भाग लेते हुए प्रतिभागी। (छाया : सुरिन्दर सिंह)

परिणाम इस प्रकार है
• 21 किलोमीटर हॉफ मैराथन पुरुष वर्ग
• 21 किलोमीटर हॉफ मैराथन महिला वर्ग
• 10 किलोमीटर हॉफ मैराथन पुरुष वर्ग
• 10 किलोमीटर हॉफ मैराथन महिला वर्ग



चंडीगढ़ में नशों के विरुद्ध आयोजित हॉफ मैराथन में अनेक वर्गों के साथ भाग लेते हुए प्रतिभागी। (छाया : सुरिन्दर सिंह)

Ashwini, Trikuti clinch top spot in half marathon

Chandigarh: Ashwani Kumar won the top spot in the men's U-25 category of the 4th Punjab Half Marathon, here on Sunday.

The 21km half marathon run was flagged off from Chandigarh Club, Sector 1. Amarjeet Singh Chawla, the visually impaired runner was the chief guest and also took part in the competition. The youngest participant in half marathon was a 7-year-old kid.

In the women's U-25 category, Trikuti Sharma claimed the numero uno spot.

In the men's U-35 age-group, Jagdish Shinde won the trophy, while Raminder Singh Bhatia walked away with the title in the U-45 age-group. In the 45-50 age-group, Stephen Van Der Merwe won the title. Naresh Dahiya claimed the title in the U-60 category.

In the women's U-35 age-group, Reena Kapoor won the title. Simran Kochhar won the girls U-45 title, while Neeru Kakkhar claimed the top spot in the 45-50 age-group. Harmanjit Bhangal



RUNNING FOR A CAUSE: Participants competes during the Punjab half marathon on Sunday

won the women's U-60 race, while Bimla Sangwan triumphed in the 60 plus category.

In the 5km race, Sukhvir Gill won the girls title, while Sumit Kumar claimed the boys title.

In the 10km race, Payal Singh won the title in the girls U-18 age-group, while Manish claimed the top spot in the boys category.

The run was in sync with the recent announcement made by the Capt Amarinder Singh, chief minister of Punjab on Independence Day calling for freedom from drugs.

"This was the fourth edition of Punjab half marathon. The run started from Chandigarh Club, sector 1 then Rock garden, Sukhna lake and it took a turn from IT Park," said PC Kushwaha, organiser of the marathon.

Ashwani, Trikuti clinch top honours

CHANDIGARH: Ashwani Kumar won the men's 18-25 age group 21km run in the fourth edition of Punjab half-marathon against drug abuse organised by Thrill Zone Trust in city on Sunday.

The run was open to all and residents of any age group.

Amarjeet Singh Chawla, visually impaired runner was the chief guest and also took part in the 21km run. There were three categories for the run - 21km, 10km and 5km.

Sandeep Pandey came second in 21km 18 to 25 years, while Amit Kumar finished third.

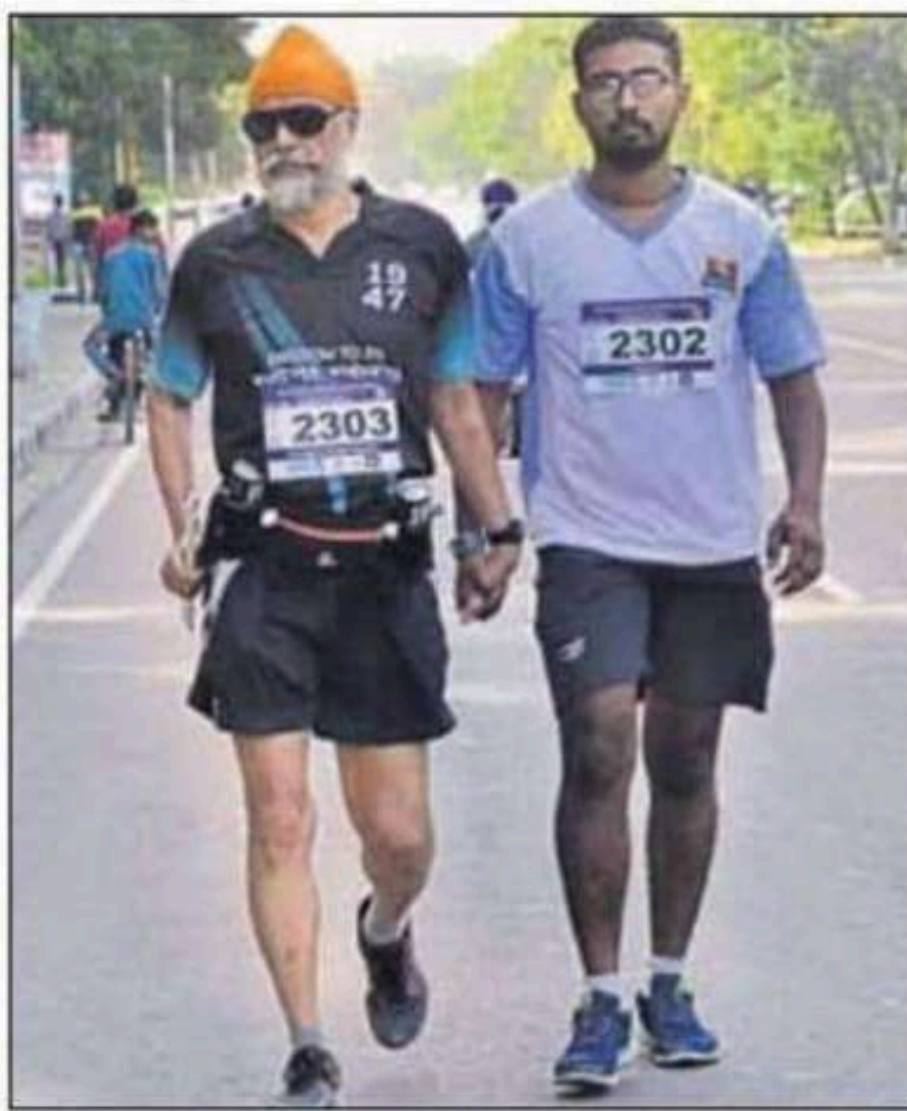
In 21km 25 to 35 age group, Jagdish Shinde, Surinder Singh and Amit Rana clinched top three positions. In 50 to 60 years 21km run, Naresh Dahiya, Sabodh Saggi and Parvinder Singh came first, second and third, respectively. In the 21km women 18 to 25 years run, Trikuti Sharma came first, followed by Muskaan Pathania in second position.

The 5km women run was won by Sukhvir Gill, while Monika Vija came second. Khushkismat Singh came third.

HTC



Participants during the fourth edition of Punjab half-marathon against drug abuse in Chandigarh on Sunday; and (right) Amarjeet Singh Chawla, a visually impaired runner, during the event.



HT PHOTO

Thousands run against drug abuse



DW BUREAU/CHANDIGARH

THE 5TH edition of Punjab half marathon was held here on Sunday. The event was organised to raise awareness about the long ongoing issue in the society - Run Against Drug Abuse. Sanjay Tandon, President of BJP, Chandigarh was the chief guest and initiated the prize distribution ceremony.

There were 20 plus handicapped people on the track, running with full power. Around 10 participants from these countries, France, Canada, Germany and the United States participated in the marathon.

All the participants were given a t-shirts, medals, certificates, refreshments, energy drinks, bibs with timing chips. There were different distances depending on the interest and age of the participants i.e., 21 km (Half Marathon), 10 km, 5 km (with timing chip) and 5 km (Fun Run, without timing chip). The flag off timings for 21 km, 10 km and 5 km respectively were 6:00 am, 6:15 am and 6:20 am.

The following were the winners for the half marathon in each category.

RESULTS

In the 21 KM half marathon, Men's (18-40 years Category), Gopal bagged the first position, while in women category Kavlea Brase secured the first position. In Men's (40 to 50 years category) Sebastian Wilk came first, while from women category, Sajiny Roshan secured the first position. Sabodh Saggi secured the first position in Male 50-60 years category in 21 KM half marathon, while Amar Chauhan bagged the first position in 60 plus category in 21 km half marathon.

In 10 km half marathon, Under 18 Male category, Abhishek secured the first position, while from female category, Payal Singh secured first position. In 18-45 Years Male category, Sanjay secured first position, while from female category, Naina won the first position. In 45 plus category, 10km half marathon, Amarjit Singh bagged the first position, while from female Gaganpreet Samra won the first position.

रनिंग से शरीर को जो फायदे मिलते हैं, वो बोनस की तरह

Social Cause

पीसी कुशवाहा लोगों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करने के लिए मुंबई, पटियाला, दिल्ली, चंडीगढ़ में तीस से अधिक कार्यक्रम आयोजित कर चुके हैं।

मिर्चि रिपोर्टर | चंडीगढ़

26 साल की उम्र में युवा नौकरी की जिम्मेदारियां समझने में व्यस्त होते हैं, लेकिन पीसी कुशवाहा ने आगे बढ़ने के लिए एक अलग राह चुनी। उन्होंने 22 साल में अपने पहले व्यावसायिक उपक्रम- थ्रिल जोन की शुरुआत की,



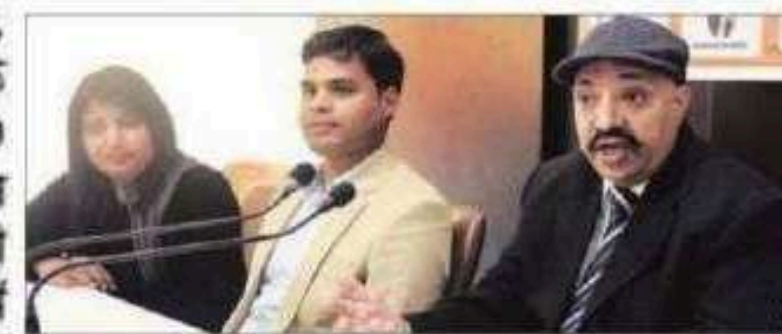
प्रेरित कर सके। उन्होंने बताया कि वह लोगों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करने के लिए मुंबई, पटियाला, देहरादून, काठगोदाम, दिल्ली और चंडीगढ़ में तीस से अधिक कार्यक्रम

में सबसे युवा मल्टी-सिटी मैराथन आयोजक हैं। इसके अलावा उन्होंने देश के विभिन्न हिस्सों में कई भावक और साइक्लिंग ग्रुप्स का गठन किया है। उन्होंने बताया- मैंने शिक्षा पूरी करने के बाद कुछ वर्षों तक अमेरिकी कंपनी में नौकरी की। इसके बाद कुशवाहा ने दौड़ना छोड़ दिया था, लेकिन इस खेल ने उन्हें नहीं छोड़ा। उन्हें अहसास हुआ कि दौड़ने में अपना ही मजा है और इसके साथ जो फायदे शरीर को मिलते हैं, वो बोनस की तरह हैं। सात साल बाद उन्होंने फिर दौड़ना शुरू किया और कुछ ही समय में वो लगभग हर प्रतिस्पर्धा में हिस्सा लेने लगे।

कुशवाहा ने साल 2013 से अनगिनत देशव्यापी मैराथंस और हॉल्फ-मैराथंस में हिस्सा लिया। 2015 में उन्होंने नौकरी छोड़ दी। इसके बाद उन्होंने प्रतिष्ठित

(एनआईएम), उत्तराखंड से पर्वतारोहण का कोर्स पूरा किया। उन्होंने जेएलएन स्टेडियम नई दिल्ली में व्यापक एथलेटिक प्रशिक्षण प्राप्त किया है। उन्होंने लद्दाख, नैनीताल, जिम काबेट इत्यादि और देश के अन्य हिस्सों में हॉल्फ मैराथंस, 10 किमी, 5 किमी जैसी तीस से ज्यादा प्रतियोगिताओं में हिस्सा लेकर अपनी पहचान बनाई। वो पूरे भारतवर्ष में घूमें, यहां तक ऐसी जगहों भी जहां उन्होंने कभी सपने में भी नहीं सोचा होगा। दौड़ते वक्त वो आज़ाद महसूस करते थे और वो देशभर के उनके साथी नागरिकों के साथ अपना ये अनुभव बांटना चाहते थे। उनकी सिर्फ एक ही इच्छा है, वो ये कि उनका एनजीओ- थ्रिल जोन ट्रस्ट ज्यादा से ज्यादा लोगों को दौड़ने के लिए प्रेरित कर सके ताकि

Half-marathon for road safety to be held in city



Founders of the ArriveSafe NGO Harman Sidhu and PC Kushwaha, founder of the Thrill Zone Trust, talking about the upcoming marathon in Chandigarh on Wednesday, June 9th.

EXPRESS NEWS SERVICE

CHANDIGARH, FEBRUARY 8

A PUNJAB Half-Marathon will be held in Chandigarh on February 12 to raise awareness about road safety.

The marathon will start from Chandigarh Club at 6:30 on Sunday. Participants will cross the Rock Garden, Sukhna Lake, Kirti Park and IT Park, and then return to the club.

There will be three age categories for runners. For men the categories are 18-45, 45-55 and 55 and above. The categories for women are 18-40, 40-50 and 50 and above.

A ten-kilometre marathon will also be held on the same day, which will be open to all. In a first, timing chips will be given to the participants which will automatically track their movements and measure the distance covered. They will also calculate the running speed and measure the number of laps.

"This will be the 18th such marathon organised by the Thrill Zone Trust. We have previously organised them in cities like Mumbai, Dehradun, Kathgodam and Delhi. This marathon is aimed at spreading the message that human life is precious, and the choices we make on the road can destroy or preserve lives," said PC Kushwaha, founder of Thrill Zone.

The Indian EXPRESS | Feb. 9, 2017 | www.indianexpress.com | 16724296

Thousands come forward for run against drug abuse

MANOKRITI BEDI

Chandigarh, October 7

Thousands of city residents on Sunday came forward to run for a cause, by taking part in a half marathon against drug abuse which was organised in the city. The run was open to residents of all age groups.

The 21-km half marathon run was flagged off from Chandigarh Club in Sector 1 at 5:30 am, while the 10-km run was flagged off at 5:45 am. The 5 km run was flagged off at 6 am.



Amarjeet Singh Chawla, a visually impaired runner was the chief

guest and also took part in the 21-km half marathon. The youngest participant

in the half marathon was a 7-year-old. The run was in sync

with the recent announcement made by the Punjab Chief Minister, Capt. Amarinder Singh on Independence Day calling for "freedom from drugs". the CM had launched a programme to take the war against drugs to schools and colleges. Narcotics Control Bureau Zonal Office in Chandigarh supported the event.

All participants were given medals, certificates, T Shirts and refreshments. Winners in different categories were awarded trophies.

WINNERS

In the 21-km half marathon, Male (18-25 years category), Ashwani Kumar was the winner.

In 25-35 years category, Jagdish Shinde came first. In 35 to 45 years category, Raminder Singh Bhatia was the winner. In 45 - 50 years category, Stephen Van Der Merwe was first, while in 50 to 60 years category, Naresh Dahiya was first, and in the 60 plus category, Amar Chauhan came first.

Among the females in 21-km half marathon, Trikuti Sharma was first in 18-25 years category.

Reena Kapoor was first in 25-35 years category, while Simran Kochhar was first in 35-45 years

category, Neeru Kakkar was first in 45-50 years category, Harmanjit Bhangal was first in 50-60 years category while Binla Sangwan was first in 60 plus category.

In 5-km Female Open, Sukhvir Gill came first while in 5-km Male Open, Sumit Kumar was the winner.

In 1-km Female, Payal Singh was first in upto 18 years category, Naina was first in 18-50 years category, while Anuradha Dhingra was first in 50 plus Female category. In 10 KM Male, Manish was first in up to 18 years category, while Harvinder Singh came first in 18-50 category, while Subhash Kamboj was first in 50 plus category.

A Doon cyclathon for a green Uttarakhand



Simmi Pant, bagged the first position in 18 to 40 category at the 25km route

Cycling enthusiasts recently took part in the MTB Dehradun 2017, organised jointly by Thrill Zone and Thrill Society. The theme of the event was 'Ride for Green Uttarakhand'. With over 100 cyclists from Uttarakhand, Lucknow, Delhi and Aizawl, the event was held in two categories (25km and 50km).

While the 25km stretch commenced and concluded at Madhya Farm, the 50km route was flagged off at Madhya Farm and culminated at Dhanurji. Before long to different age groups, the cyclists rode through Ramesh Datta Temple, Surkanda Devi Temple up till the Forest Department Rest House at Bhawarshi.

"DG Lee & Order (Uttarakhand Police), CD, Prasenjit Anshu Kumar, the chief guest, felicitated winners with medals and certificates. He said, "Aasha lag hai ki aap apni health ke liye aage badh kar activities mein aise le hain."

The first prize in the under 18 category in the 25km race went to Raj Prasad, while the second and third position went to Anandh Bala and Prayansh Agarwal respectively. In 18 to 40 category (female), the first position was bagged by Simmi Pant while the second position went to Nikita Jain. In the same category (male) Arjun Bhatnagar was first while Anshu Singh was second. Simmi who won the 25km race, said, "This is the first time that I've participated in a cycling event. The route was tough, but I enjoyed every bit."

In 40 to 50 category (female), Roopa Sori came first while the second position went to Sakshi Parichhi. In 50 plus category (female), the first position went to Himani Saxena and the second position to Shakti Marudhi. In the same category (male), Aksh Chhetri was first while Vijay Kumar Goyal and Shabendra Saxena were second and third respectively.

Himani Saxena who won the first position in 50 plus category (female) said, "My husband and I participate in various cycle rallies with different cycling groups. It's a great way to travel and see people." Kumar Khurana, 13, who had come all the way from Delhi was the youngest rider. He said, "I've been taking part in the MTB cycling since 2013. This was a thrilling experience."

The winners in 50km category were felicitated by the DFO Mussoorie Kalkbushan Saxena. In the under 20 category (male), the first prize went to Anshu Tomar while the second prize went to Saurav Srivastava. In 20-40 category (male), the first prize went to Anshu Tomar while the second and third prize went to Mohit Jain and Lakshay Tomar respectively.

PC Khurana, one of the organisers and founder of Thrill Zone said, "Every fitness activity that we've organised till date had a social message. Thankyou Doon for such a motivating response." Farah Infi



Himani Saxena, the youngest participant, came from Delhi



Sanjay Kumar, the winner in 40-50 category in 25km route

CM awards winners of Half-Marathon

By OUR STAFF REPORTER DEHRADUN, 17 Sep: Thrill Zone Trust and 'Swasthmitra' organised a Half-Marathon here, today, to raise awareness on drug abuse. It was held in various categories. The winners were Ravindra Kumar and Monika Chaudhary.

The half-marathon was 21 kilometres long for those in the 18-40 years age category. It began from the Pavilion Ground, here. In this category, the winners were Ravindra Kumar, Rajesh Kumar and Lal Singh, respectively. In the 10 kilometres male category, Pradeep Kumar was first, while Karik Kumar was second. In the 18-20 years women category, Ujala



was first, Kiran Chauhan, second, and Amandeep Kaur, third. In the 21 kilometres category, Monika Chaudhary was first, Anita Chaudhary was second and Babita Nishad, third.

Earlier, the half-marathon was flagged off by Education Minister Arvind Pandey and TV actor, Kavita Kaushik. The latter also made youth aware of the dangers of drug abuse.

The winners were awarded their medals and cash prizes by Chief Minister TS Rawat. Also present were Mussoorie MLA Genesh Joshi, MLA Khajan Das, UPCL MD BCK Mishra, Sotepal Singh of the Hans Foundation, and others.

Doon Times

Doon's all-inclusive marathon celebrated the onset of monsoon



Anshu Tomar, the winner in 40-50 category in 25km route

To celebrate the onset of monsoon in Uttarakhand, Doon Times recently participated in a marathon. Thrill Zone, in association with National Institute for the Empowerment of Persons with Visual Disability (NIEPVD), organised the Doon Monsoon 10K Run 2017. The run, flagged off by the Director of NIEPVD, Nishikanta Bhat, saw Anshu Kumar, DG Uttarakhand Police Law and Order as the chief guest.

It commenced at NIEPVD and the runners had to pass through Chini Road and Indraghat Monastery, before running through the scenic route. Divided into three categories - 10km, 5km and 2.5km, the marathon witnessed over 200 participants participating for the cause, 'Run for Inclusive Acceptance'.

Winners in the various categories were awarded by Anshu Kumar who also told the gathering, "It always makes me proud to see Doonites passionately taking part in physical activities like marathons and cyclethons."

The monsoon run also saw great participation by the visually impaired from NIEPVD, who were helped across the route by their guide runners.

Gabriel, a visually impaired participant from

Doon who took part in the run with his guide runner, said, "It was an ultimate experience for me to run and complete the 10K Run. This was my first marathon and I'm grateful to my guide, Gaurav, for assisting me."

Nishikanta Bhat, who runs a gym school and lives near Roorkee, said, "I, along with my wife, son and daughter ran the entire course of the marathon today and it was such a wonderful experience for all."

THIS HAPPENED TO BE MY FIRST MARATHON. I'M GRATEFUL TO MY GUIDE RUNNER, GAMBHEER, FOR ASSISTING ME IN THE RUN

- Gabriel, a participant from Doon

Chinda, Sthephan win gold in Punjab half-marathon



Participants during the 21km event in the Punjab Half-Marathon in Chandigarh on Sunday. TRIBUNE PHOTO: S. CHANDAN

CHANDIGARH, FEBRUARY 12 Chinda Singh won the 21-km marathon in the men's (18 to 45 years) category to claim the Punjab Half-Marathon-2017 title. Chinda won the marathon in 1 hour and 23 minutes and 20 seconds which was flagged off from the Chandigarh Club, Sector 1.

Sanjay Kumar secured the second position in 1:24:20s while Tharur Hapur claimed the third spot (1:25:17s). In the 45 to 55 years category, Stephan Van stood first by finishing the race in 1:26:48s, Angrez Singh stood second in 1:29:25s and Naresh Kumar finished third in 1:31:04s. In the above 50 years age group, Amar Chauhan stood first in 1:48:38s, SP Bangarh second 1:53:31s and Darshan Singh third in 2:04:57s. In the women's 18 to 40 years category, Veronika Jakovbkova stood first by finishing the race in 1:28:29s, Jaya stood second (1:33:49s) and Renu Mathpal won the third position in 1:50:43s.

In 40 to 50 years category, Minakshi Tewari stood first (02:01:03s), Archana Jain second (02:13:46s) and Ritu Batra claimed the third position in 02:14:50s.

In the 10 km race category, Rahul (00:35:01s), Saurav Sharma (00:35:52s) and Amarjeet Singh (00:37:11s) claimed the top three positions. In women's category, Anshika Alva (00:56:19), Aswin Kaur (01:02:41s) and Mona Sodhi (01:03:05s) won the top honours. — TNS

दुबई में खेलेगा दून का आशीष

देहरादून। पैरालंपिक खिलाड़ी आशीष सिंह नेगी दुबई में होने वाली फैजा इंटरनेशनल मीट में भारतीय टीम का प्रतिनिधित्व करेगा।



टीम आठ मार्च को दुबई के लिए रवाना होगी। नेत्रहीन आशीष गोला और चक्का फेंक में शानदार प्रदर्शन कर चुके हैं। उनके नाम इंटरनेशनल ब्लाइंड स्पोर्ट्स एसोसिएशन में गोला फेंक का रिकॉर्ड भी है। पिछले साल पीसीआई के तत्वावधान में हुए ट्रेनिंग कैंप में नेगी ने 10.78 मी गोला फेंका था, जिसके बाद दुबई के लिए उनका चयन हुआ। आशीष के लिए प्रतियोगिता का जरूरी सामान थ्रिल जोन ट्रस्ट ने उपलब्ध कराया है। साथ ही प्रतियोगिता के लिए आने-जाने का खर्च भी जुटाने का भरोसा दिलाया है। ट्रस्ट के संस्थापक पीसी कुशवाहा ने बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद जताई है। ब्यूरो



ट्राइसिटी में 'वर्ल्ड हार्ट डे' पर समारोह आयोजित, चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लिया भाग

वर्ल्ड हार्ट डे पर निकाली 'वॉकथॉन' रैली

आज समाज नेटवर्क

चंडीगढ़। वर्ल्ड हार्ट डे (ग्लोबल हार्ट डे) के तहत चंडीगढ़ में आयोजित कार्यक्रमों में भाग लेने वाले चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने 'वॉकथॉन' रैली निकाली। रैली चंडीगढ़ के मुख्य मार्गों से होकर चंडीगढ़ के विभिन्न हिस्सों में फैली थी। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया।



आज समाज नेटवर्क

चंडीगढ़। वर्ल्ड हार्ट डे (ग्लोबल हार्ट डे) के तहत चंडीगढ़ में आयोजित कार्यक्रमों में भाग लेने वाले चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने 'वॉकथॉन' रैली निकाली। रैली चंडीगढ़ के मुख्य मार्गों से होकर चंडीगढ़ के विभिन्न हिस्सों में फैली थी। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया।

चंडीगढ़। वर्ल्ड हार्ट डे (ग्लोबल हार्ट डे) के तहत चंडीगढ़ में आयोजित कार्यक्रमों में भाग लेने वाले चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने 'वॉकथॉन' रैली निकाली। रैली चंडीगढ़ के मुख्य मार्गों से होकर चंडीगढ़ के विभिन्न हिस्सों में फैली थी। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया।

आज समाज नेटवर्क

चंडीगढ़। वर्ल्ड हार्ट डे (ग्लोबल हार्ट डे) के तहत चंडीगढ़ में आयोजित कार्यक्रमों में भाग लेने वाले चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने 'वॉकथॉन' रैली निकाली। रैली चंडीगढ़ के मुख्य मार्गों से होकर चंडीगढ़ के विभिन्न हिस्सों में फैली थी। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया। रैली के दौरान चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने लोगों को हृदय रोगों के बारे में जागरूक किया।

Participants in action during the flag off of 5km run in the 6th edition Kotak Mahindra Bank Punjab Half Marathon held in Chandigarh on Sunday.

21km half marathon: Yogesh, Monica grab top honours

HT Correspondent
chdsportsdesk@hindustantimes.com

CHANDIGARH: Yogesh Saini with timing of 1:18 hours while Monica with a timing of 1:47 hours won the 21km half marathon titles in men and women categories in the 6th edition Kotak Mahindra Bank Punjab Half Marathon on Sunday.

The event was organised by Thrill Zone with a theme—Run Against Drug Abuse. Apart from Saini, Surender Singh (1:25 hours) and Karan (1:28 hours) finished second and third, respectively.

IN WOMEN'S CATEGORY, DR AMBIKA SAHU (1:53 HOURS) AND SIMRAN KOCHHAR (1:54 HOURS) CAME SECOND AND THIRD, RESPECTIVELY.

tively. In women's category, Dr Ambika Sahu (1:53 hours) and Simran Kochhar (1:54 hours) came second and third, respectively.

Top three winners in men's 10km race were Manish Singh

(41:03 minutes), Vinod Deswal (40:05 minutes) and Ajay Saini (47:52 minutes). The top three female winners in 10km event were Payal Singh (53:12 minutes), Priyanka Sharma (53:43 minutes), and Neha Chetal (54:13 minutes).

Top three winners in men's 5km run were Lalit Prajapati (21:52 minutes), Ankush Singh (24:07 minutes) and Jatin Saini (24:21 minutes). The top three women winners in 5km run were Omisa Kamath (53:12 minutes), Monika Vij (53:43 minutes) and Manpreet Bhamral (54:13 minutes).

पंजाब हॉफ मैराथन

बारिश में भी नशों के विरुद्ध मैराथन में दौड़े हजारों लोग



चंडीगढ़, 29 सितंबर (प्रेस) : पंजाब हॉफ मैराथन का आयोजन बारिश के बीच हुआ। हजारों लोग नशों के विरुद्ध मैराथन में दौड़े। बारिश के बावजूद हजारों लोग मैराथन में भाग लेने के लिए तैयार हुए। बारिश के बावजूद हजारों लोग मैराथन में भाग लेने के लिए तैयार हुए।

चंडीगढ़, 29 सितंबर (प्रेस) : पंजाब हॉफ मैराथन का आयोजन बारिश के बीच हुआ। हजारों लोग नशों के विरुद्ध मैराथन में दौड़े। बारिश के बावजूद हजारों लोग मैराथन में भाग लेने के लिए तैयार हुए। बारिश के बावजूद हजारों लोग मैराथन में भाग लेने के लिए तैयार हुए।

अजीत समाचार
30-Sep-2019
Page 5
http://www.ajitsamachar.com/20190930/14/5/1_1.cms

तेज बरसात के बावजूद नशे के खिलाफ मैराथन में दौड़े हजारों लोग

चंडीगढ़ क्लब से शुरू हुई पंजाब हाफ मैराथन, छठे एडीशन का अच्छा रिस्पांस, 20 दिव्यांगों ने लिया भाग

चंडीगढ़, 29 सितंबर (प्रेस) : पंजाब हॉफ मैराथन का आयोजन बारिश के बीच हुआ। हजारों लोग नशों के विरुद्ध मैराथन में दौड़े। बारिश के बावजूद हजारों लोग मैराथन में भाग लेने के लिए तैयार हुए। बारिश के बावजूद हजारों लोग मैराथन में भाग लेने के लिए तैयार हुए।

मैराथन में तेज बरसात के बावजूद भी हजारों की तादाद में लोगों ने हिस्सा लिया। आयोजक पी.सी. कुशवाहा ने कहा कि हम 6वें पंजाब हाफ मैराथन में इस तरह के शानदार रिस्पांस के साथ हमारे 62वें आयोजन का उत्सव मनाने के लिए सभी सहभागियों का आभार व्यक्त करते हैं। 20 से अधिक दिव्यांग भी दौड़ में शामिल हुए।



सुबह बारिश ने पंजाब हाफ मैराथन में बारिश ने खलल डाला, मगर इसके बावजूद बड़ी संख्या में लोगों ने भाग लिया। चंजय कुल



विदेशियों ने भी लिया हिस्सा

फ्रांस, कनाडा, जर्मनी और संयुक्त राज्य अमेरिका निवासी 10 लोगों ने भी मैराथन में भाग लिया। सभी प्रतिभागियों को टी-शर्ट, मेडल, सर्टिफिकेट, रिफ्रेशमेंट, एनर्जी ड्रिंक दिए गए। प्रतिभागियों की रुचि और आयु के आधार पर अलग-अलग दूरी दी गई, 21 कि.मी. (हाफ मैराथन), 10 कि.मी., 5 कि.मी. (टाइमिंग चिप के साथ) और 5 कि.मी. (फन रन, बिना टाइमिंग चिप)। 21 कि.मी., 10 कि.मी. और 5 कि.मी. के लिए प्लेग ऑफ टाइम क्रमशः 6:00 बजे, 6:15 बजे और 6:20 बजे था।



OUR SERVICES

Upgrade Your Fitness

Thrill Zone's services are focused on promoting physical fitness, mental well-being, and a healthy lifestyle. Through its various activities and initiatives, the organization aims to inspire people to make positive changes in their lives and adopt a healthier lifestyle.

Our Service:

(Fitness Events)

- ✓ Running
- ✓ Cycling
- ✓ Yoga Event

Contact Us

☎ 8630446801

🌐 www.thrillzone.in



FAMOUS PERSONALITIES WHO ATTENDED OR SUPPORTED OUR EVENTS



Sh. Ashok Kumar, IPS



Anu Malik
Indian Music Director



Hon'ble Baby Rani Maurya



Jubin Nautiyal
Singer



Dr. Kaustubh Sharma, IPS



Mr. Manoj Tiwari
Actor



Ms. Kavita Kaushik
Actor



Milkha Singh
The Flying Sikh



Udit Handa
CEO-Cynoteck



Vishal Singh
Founder-Bharat Beard Club



Mr. Harman Singh Sidhu
Founder - Arrivesafe India



Sh. Trivendra Singh Rawat
Ex. Chief Minister, Uttarakhand



Sh. Sanjay Tandon



Dr. Sunita Godara
1992 Asian Marathon Champion



Tony Kakkar
Singer



Gippy Grewal
Actor

UPCOMING EVENTS BY



Oct
26

Rai Half Marathon 2025

21.097 KM, 10 km, 5km & 3km

Expected Runners: - 15,000

Nov
2

Dehradun Half Marathon 2025

21.097 KM, 10 km & 5km

(12th Edition)

Expected Runners: -2000

Nov
9

Prayagraj Half Marathon 2025

21.097 KM, 10KM, 5 KM & 2 KM (3rd Edition)

Expected Runners: -1500

Nov
16

Punjab Half Marathon 2025

21.097 KM, 10 km 5km

(16th Edition)

Expected Runners: -2000

Register at www.thrillzone.in

www.sportifi.in



(Sportifi Smart Solutions Private Limited)

THANK YOU



@thethrillzone



www.thrillzone.in



contact@thrillzone.in



+91-9873113034, 8630446801

"We are committed to creating memorable experiences and promoting a culture of fitness and camaraderie through our exhilarating events."