

ਭੀਜੀਥੀ ਸਿਨਹਰਾ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਦੇਵਾਂ ਕੰਪਸਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਬੇਵਜ੍ਹਾ ਰਿਸ਼ਟ ਦਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਭੀੜ ਦੇ ਇਸ ਉਛਾਲ ਦੇ ਆਗੂ ਵਜੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਹੋਏ ਇਸ ਵਾਧੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੰਭਾਵੀ ਕਾਰਨਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।"

ਮੈਂ ਐਲਾਨੀਆ ਨਾਸਤਿਕ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਸੀ।




★ AN EVENT BY ★

VIRSA FOUNDATION

FIT PAN JABI

2026

CHICAGO

★★★ CHICAGO ★★★ ★ WORK HARD. TRAIN HARD. BE FIT. BE PROUD. ★

WORKOUT #1 - 15-12-9 REPS OF




- SQUATS
- DUMBBELL SNATCHES

WORKOUT #2 - 3 ROUNDS OF




- 15 BOX JUMPS
- 15 LUNGES
- 15 SIT-UPS

WORKOUT #3 - 3 ROUNDS OF




- 5 SHUTTLE RUNS
- 12 TWISTERS

AGE CATEGORIES

MEN AND WOMEN


 18-29
YEARS


 30-39
YEARS


 40-49
YEARS


 50-59
YEARS


 60+
YEARS

DATE
OCT 10, 2026

TIME
10-30 AM

VENUE
748 E PARK AVE.
LIBERTYVILLE, IL 60048

REGISTRATION FEE
\$100

COMPLETE CHALLENGE YOURSELF

PERFORM GIVE YOUR BEST

STAY FIT LIVE HEALTHY

BE PROUD REPRESENT YOUR COMMUNITY

INSTA
@fit_panjabi2026

EMAIL
Fitpanjab2026@gmail.com

CELL #
602-510-0001

★ **WORK HARD. TRAIN HARD. BE FIT. BE PROUD.** ★

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਜਨਮਿਆ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਆਇਆ ਸੀ। ਪਿੰਸ ਜਾਰਜ ਦੇ ਕਾਲਜ ਆਫ ਨਿਊ ਕੈਲੇਡੋਨੀਆ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪਸੰਦ ਆਈ।