Sundays on Cycle @100: ओलंपिक थीम, 100 शहर, 100 ओलंपियन

समाचार-संदर्भ: 29 नवंबर 2026 को प्रस्तावित 100वां संस्करण

प्रकाशन: 28 नवंबर 2026

प्रिलिम्स: खेल, स्वास्थ्य और जनभागीदारी



मौलिक प्रतीकात्मक चित्र: pcsmantra.com

▼ इस लेख में

1. खबरों में क्यों
2. परिचय
3. ‘Sundays on Cycle’ पहल: एक नज़र में
4. 100वां संस्करण: क्या खास
5. आगे की राह
6. प्रिलिम्स परीक्षा अभ्यास प्रश्न
7. अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न (FAQ)
8. स्रोत

खबरों में क्यों

फिट इंडिया **'Sundays on Cycle'** आंदोलन अपना **100वां संस्करण** 29 नवंबर 2026 को मनाएगा। केंद्रीय युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया इस मील के पत्थर के आयोजन का नेतृत्व पुणे के **पिंपरी-चिंचवाड** से करेंगे, जहाँ लगभग **50,000 साइक्लिंग-प्रेमियों** के जुड़ने की उम्मीद है। 100वां संस्करण भारत में **ओलंपिक आंदोलन** को समर्पित होगा, जिसकी थीम है **#IndiaReadyForOlympics**।

परिचय

'Sundays on Cycle' फिट इंडिया मूवमेंट की रविवार-आधारित साइक्लिंग पहल है, जिसकी शुरुआत **दिसंबर 2024** में प्रधानमंत्री के फिट और स्वस्थ भारत के आह्वान के बाद हुई थी। यह **नई दिल्ली के 250 स्थानों और 500 प्रतिभागियों** के साथ शुरू हुई और अब राष्ट्रव्यापी जन-आंदोलन बन चुकी है। इसका प्रेरणा-स्रोत प्रधानमंत्री का ही मंत्र है — **"Fitness ka Dose, Aadha Ghanta Roz"**, यानी रोज़ कम से कम 30 मिनट शारीरिक गतिविधि।

'Sundays on Cycle' पहल: एक नज़र में

- **स्वरूप:** हर रविवार देशभर में साइक्लिंग-आधारित सामूहिक फिटनेस कार्यक्रम; **MY Bharat (मेरा युवा भारत)** के साथ मिलकर हर जिले में युवाओं की भागीदारी।
- **99वां संस्करण: संविधान दिवस** की थीम पर 22 नवंबर 2026 को मनाया गया; देशभर के **26,000 से अधिक स्थानों** पर लाखों नागरिक जुड़े। गांधीनगर में डॉ. मांडविया और गुजरात के उपमुख्यमंत्री हर्ष संघवी दांडी कुटीर और महात्मा मंदिर परिसर में शामिल हुए।
- **थीम-आधारित संस्करण:** समय-समय पर विशेष संस्करण राष्ट्रीय संदेशों से जुड़े हैं — **Fight Against Obesity** (मोटापे के विरुद्ध लड़ाई), **नशा मुक्त भारत** और **Pollution Ka Solution** — जिससे व्यवहार-परिवर्तन और 'फिट इंडिया से विकसित भारत' का संदेश जन-जन तक पहुँचे।

100वां संस्करण: क्या खास

- **थीम:** भारत में **ओलंपिक आंदोलन** का उत्सव — **#IndiaReadyForOlympics**।
- **मुख्य आयोजन:** पुणे के **पिंपरी-चिंचवाड** में डॉ. मनसुख मांडविया के नेतृत्व में; लगभग **50,000** साइक्लिस्ट अपेक्षित।
- **100 स्थान, 100 ओलंपियन:** देशभर के **100 प्रमुख स्थानों** पर आयोजन होंगे और **100 भारतीय ओलंपियन** पहल से जुड़ेंगे; MY Bharat के सहयोग से हर जिले के युवा शामिल होंगे।
- **ओलंपिक मूल्य:** संस्करण अच्छे शासन और ईमानदारी, निष्पक्ष प्रतिस्पर्धा, समावेशन, खिलाड़ियों के स्वास्थ्य व कल्याण तथा सतत और सुरक्षित खेल की स्थायी विरासत जैसे मूल्यों को उजागर करेगा — जिसमें महिलाओं और पैरा-एथलीटों के समान अवसर भी शामिल हैं।

संबंधित लेख: **खेलो इंडिया खेल वस्तु विनिर्माण योजना: ₹1,856.67 करोड़ की मंजूरी**

आगे की राह

100वां संस्करण इस पहल को प्रतीकात्मक मील के पत्थर से आगे ले जाने का अवसर है — फिटनेस को राष्ट्रीय स्तर पर जीवनशैली बनाना और ओलंपिक-आकांक्षा को जन-भागीदारी से जोड़ना। आगामी परीक्षा यह होगा कि उत्सव की ऊर्जा स्कूलों, जिलों और शहरों में नियमित खेल-संस्कृति में कितनी ढलती है।

प्रिलिम्स परीक्षा अभ्यास प्रश्न

प्रश्न 1. 'फिट इंडिया Sundays on Cycle' पहल के संदर्भ में निम्नलिखित कथनों पर विचार कीजिए:

कथन 1: इसकी शुरुआत दिसंबर 2024 में नई दिल्ली के 250 स्थानों और 500 प्रतिभागियों के साथ हुई थी

कथन 2: इसके 100वें संस्करण की थीम भारत में ओलंपिक आंदोलन (#IndiaReadyForOlympics) से जुड़ी है

कथन 3: 100वां संस्करण नई दिल्ली में आयोजित किया जाएगा

उपर्युक्त कथनों में से कौन-से सही हैं?

(a) केवल 1 और 2

(b) केवल 2 और 3

(c) केवल 1 और 3

(d) 1, 2 और 3

▼ उत्तर और व्याख्या

सही उत्तर: (a) केवल 1 और 2

कथन 1 सही है: पहल दिसंबर 2024 में नई दिल्ली के 250 स्थानों और 500 प्रतिभागियों के साथ शुरू हुई थी।

कथन 2 सही है: 100वां संस्करण भारत में ओलंपिक आंदोलन को समर्पित है, थीम #IndiaReadyForOlympics है।

कथन 3 गलत है: 100वें संस्करण का मुख्य आयोजन पुणे के पिंपरी-चिंचवाड में होगा, जहाँ केंद्रीय खेल मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया शामिल होंगे।

अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न (FAQ)

प्रश्न 1. 'Sundays on Cycle' का 100वां संस्करण कब और कहाँ होगा?

29 नवंबर 2026 को; मुख्य आयोजन पुणे के पिंपरी-चिंचवाड में होगा, जहाँ केंद्रीय खेल मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया के नेतृत्व में लगभग 50,000 साइक्लिस्ट जुड़ने की उम्मीद है। देशभर के 100 प्रमुख स्थानों पर भी आयोजन होंगे और 100 भारतीय ओलंपियन जुड़ेंगे।

प्रश्न 2. यह पहल कब और कैसे शुरू हुई?

दिसंबर 2024 में, प्रधानमंत्री के फिट भारत के आह्वान के बाद — शुरुआत नई दिल्ली के 250 स्थानों और 500 प्रतिभागियों के साथ हुई थी। अब यह हर रविवार देशभर में मनाई जाने वाली जन-पहल बन चुकी है।

प्रश्न 3. 99वां संस्करण किस थीम पर हुआ?

संविधान दिवस की थीम पर — 22 नवंबर 2026 को देशभर के 26,000 से अधिक स्थानों पर लाखों लोग जुड़े; गांधीनगर में मुख्य आयोजन डॉ. मांडविया और गुजरात के उपमुख्यमंत्री हर्ष संघवी की उपस्थिति में हुआ।

स्रोत

1. प्रेस विज्ञप्ति: 99वां संस्करण और 100वें संस्करण की घोषणा — https://www.pib.gov.in/PressReleseDetailm.aspx?PRID=2339875&lang=1&reg=1
2. 100वें संस्करण का विवरण (PIB-आधारित रिपोर्ट) — https://ddnews.gov.in/en/fit-india-sundays-on-cycle-to-mark-100th-edition-on-november-29-50000-cyclists-to-join-in-pune/

PCSMANTRA.COM