ધી સધર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી

(આઇ. એસ. ઓ. ૯૦૦૧:૨૦૧૫ પ્રમાણિત સંસ્થા),

"સંહતિ", છઠ્ઠો માળ, એસ.આઇ.ઇ.સી.સી. કેમ્પસ, ખજોદ ચાર રસ્તા પાસે, અલથાણ રોડ, સરસાણા, સુરત – ૩૯૫ ૦૦૭

ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧ ફેક્સ નં.૦૨૬૧–૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : info@sgcci.in Website : www.sgcci.in

Ref no. PN 2025-26/188 Dt. 16/10/2025

તંત્રીશ્રી, ______________________, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

જત નીચેની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજ.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,

(સેક્રેટરી)

ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ દ્વારા 'ટોક થેરાપી કોલ્ડ મેજિક : વેઈટ લોસ ઓન ધ સ્પોટ' વિષય પર સેશન યોજાયું

કોમેડિયન ભારતી સાથે ઈન્ડિયાઝ ગોટ ટેલેન્ટમાં ઈંચ લોસ પરફોર્મ કરી ચૂકેલા અમદાવાદના ડો. જિગર શાહે કસરત કે ડાયેટ વિના ખુરશી પર બેઠા બેઠા ૫ મિનિટમાં ઈંચ લોસનો લાઈવ ડેમો આપ્યો

સુરત: ધી સધર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રી દ્વારા મંગળવાર, તા. ૧૪ ઓકટોબર, ૨૦૨૫ના રોજ સાંજે ૪:૩૦ કલાકે સમૃદ્ધિ, નાનપુરા, સુરત ખાતે 'ટોક થેરાપી કોલ્ડ મેજિક: વેઈટ લોસ ઓન ધ સ્પોટ' શીર્ષક હેઠળ રસપ્રદ સેશન યોજાયું હતું, જેમાં કોમેડિયન ભારતી સાથે ઈન્ડિયાઝ ગોટ ટેલેન્ટમાં ઈંચ લોસ પરફોર્મ કરી ચૂકેલા આ ક્ષેત્રના નિષ્ણાત એવા અમદાવાદના ડો. જિગર શાહે કસરત કે ડાયેટ વિના ખુરશી પર બેઠા બેઠા ૫ મિનિટમાં ઈંચ લોસની ટિપ્સ આપી વેઈટ લોસ અને ઈંચ લોસ વચ્ચેનો તફાવત સમજાવ્યો હતો.

ડો. જિગર શાહે જણાવ્યું હતું કે, ૨૫ વર્ષ પહેલા ભાગ્યે જ જિમ જોવા મળતા હતા. જ્યારે આજે ગલીએ ગલીએ, સોસાયટીઓમાં જિમ ખૂલી ગયા છે, તેમ છતાં વજન વધવાની સમસ્યાનો અંત આવતો નથી. કારણ કે, આપણું મન આપણા અંકુશમાં નથી. તેમણે માત્ર ૫ જ મિનિટમાં કસરત કે ડાયેટ વગર ખુરશી પર બેઠા બેઠા ઈંચ લોસ કેવી રીતે થાય છે તેનો લાઈવ ડેમો આપ્યો હતો. તેમણે ઉપસ્થિત શ્રોતાઓના વિવિધ પ્રશ્નોના સંતોષકારક જવાબો પણ આપ્યા હતા.

એસજીસીસીઆઇ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્કિલ ડેવલપમેન્ટ સેન્ટરના ચેરમેન શ્રી મહેશ પમનાનીએ સ્વાગત પ્રવચન કર્યું હતું. ચેમ્બરના ગૃપ ચેરમેન શ્રી કમલેશ ગજેરાએ સેશનમાં ઉપસ્થિત સર્વેનો આભાર માન્યો હતો. આયુષ કમિટીના ચેરપર્સન ડો. મન્શાલીએ કાર્યક્રમની રૂપરેખા આપી હતી. કમિટી સભ્ય શ્રી જયેશ પટેલે વકતાનો પરિચય આપ્યો હતો. કમિટી સભ્ય શ્રી ચિરાગ ગજ્જરે વૈદિક પરંપરા અનુસાર ઓમકાર મંત્રના પઠન સાથે સેશનનું સંચાલન કર્યું હતું. સેશનમાં સુશ્રી રેખાબેન પટેલ અને ચેમ્બરના સભ્યો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.