SATPUDA SHIKSHAN VA GRAMIN VIKAS SANSTHA'S

Bapumiya Sirajoddin Patel Arts, Commerce and Science College, Pimpalgaon Kale

Minority Status Institution

Affiliated to Sant Gadge Baba Amravati University, Amravati

Accredited with "B" Grade by NAAC

Event: - Online Workshop on YOGA SADHANA

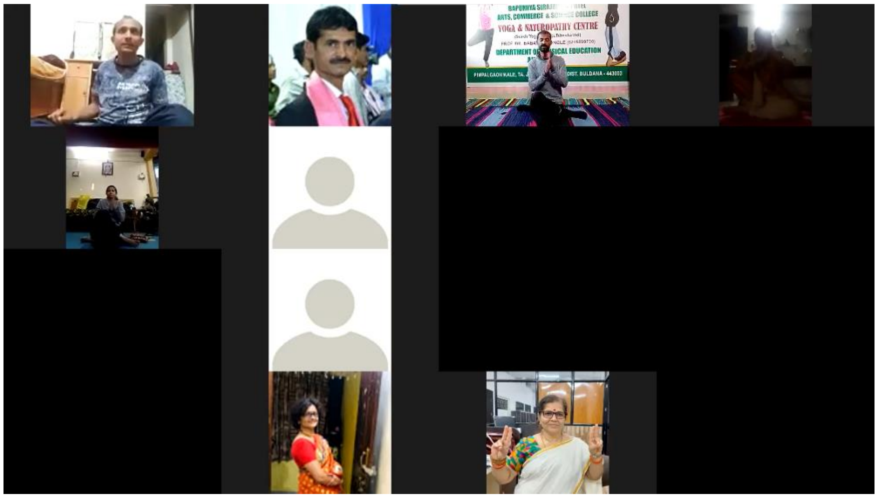
Date: - 24/04/2021 to 30/04/2021

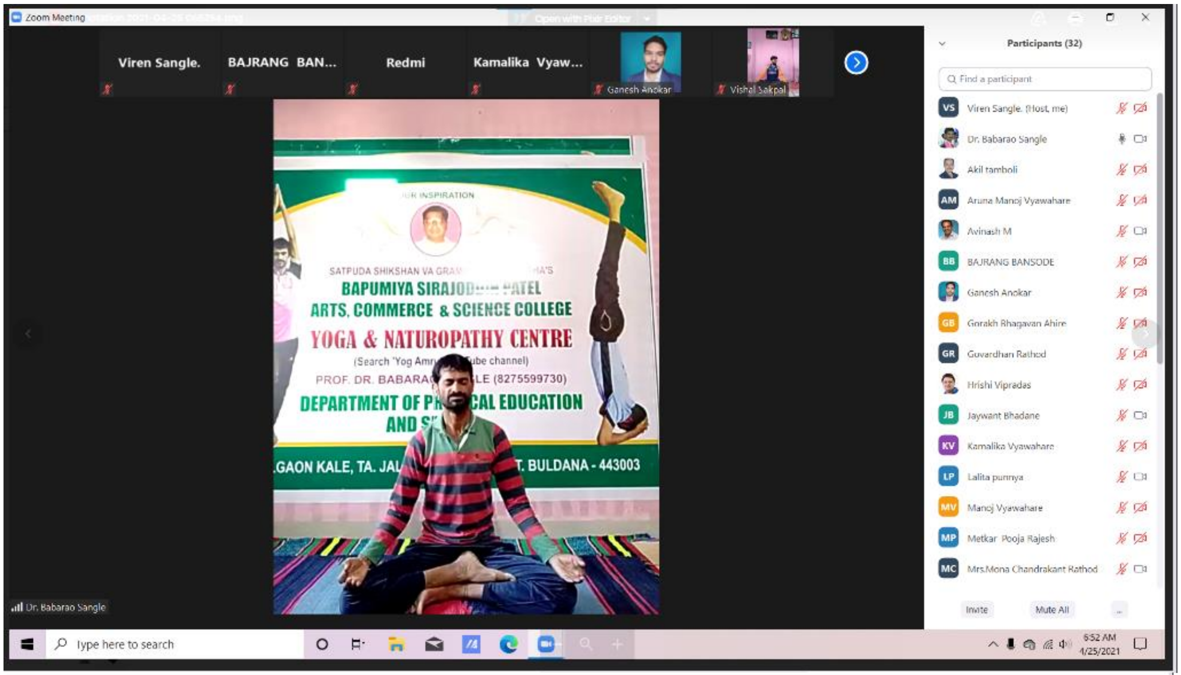
Time: - 6.00 am to 7.30 am

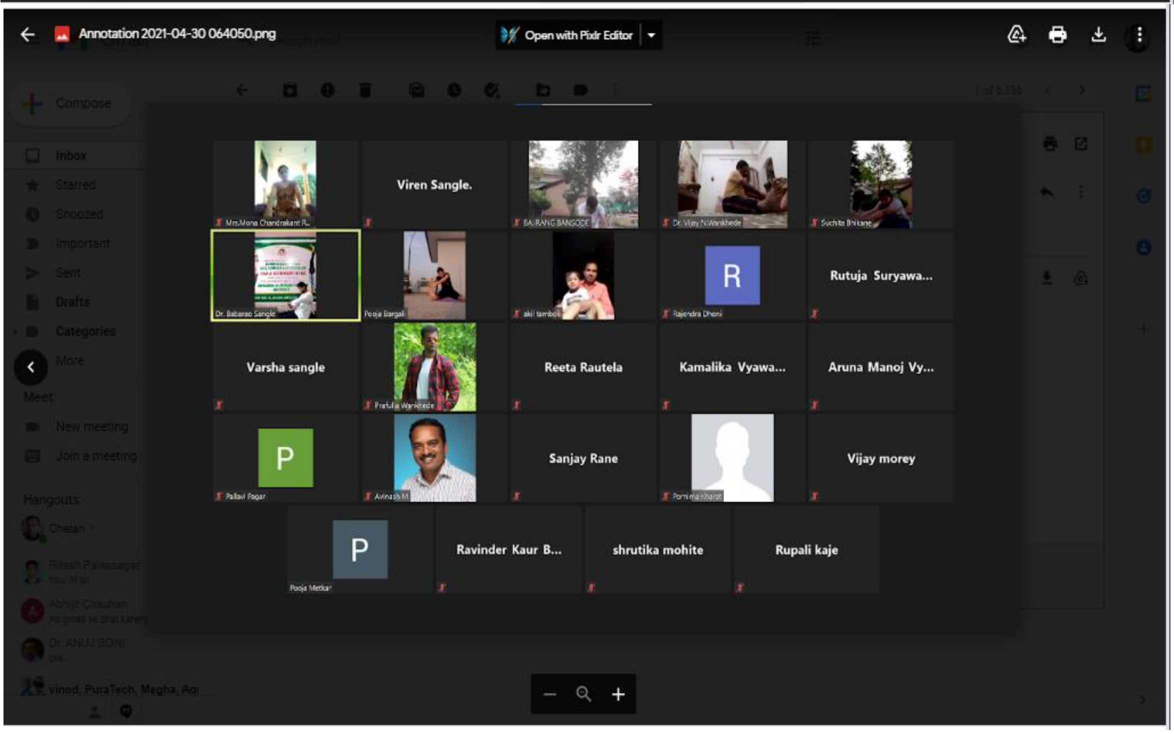
Place:- Online Zoom

Join zoom meeting https://us04web.zoom.us/j/8401459403?pwd=ZlNqeVYrdnBGK3NzeGVHYkNYc0lyUT09
Meeting ID:- 840 145 9403
Passcode:- baba

Participated by: Students, Teaching and Non-Teaching Staff




Zoom Meeting
Viren Sangle.
BAJRANG BAN...
Redmi
Kamalika Vyaw...
Ganesh Anokar
Vishal Sakpal
Participants (32)
Find a participant
Viren Sangle. (Host, me)
Dr. Babarao Sangle
Akil tamboli
Aruna Manoj Vyawahare
Avinash M
BAJRANG BANSODE
Ganesh Anokar
Gorakh Bhagavan Ahire
Guvardhan Rathod
Hrishi Vipradas
Jaywant Bhadane
Kamalika Vyawahare
Lalita punnya
Manoj Vyawahare
Metkar Pooja Rajesh
Mrs.Mona Chandrakant Rathod
Invite
Mute All
BAPUMIYA SIRAJOD... PATEL
ARTS, COMMERCE & SCIENCE COLLEGE
YOGA & NATUROPATHY CENTRE
DEPARTMENT OF PH... CAL EDUCATION
T. BULDANA - 443003
Dr. Babarao Sangle
Type here to search
6:52 AM
4/25/2021


Annotation 2021-04-30 064050.png
Open with Pixlr Editor
Mrs.Mona Chandrakant R...
Viren Sangle.
BAJRANG BANSODE
Dr. Vijay N.Wankhede
Suchita Bhikane
Dr. Babarao Sangle
Pooja Bargal
akil tamboli
Rajendra Dhoni
Rutuja Suryawa...
Varsha sangle
Prafulla Wankhede
Reeta Rautela
Kamalika Vyawa...
Aruna Manoj Vy...
Pallavi Pagar
Avinash M
Sanjay Rane
Pornima Kharat
Vijay morey
Pooja Metkar
Ravinder Kaur B...
shrutika mohite
Rupali kaje

शनिवार 08 मे 2021 पान 6

बापूमिया पटेल महाविद्यालयात ऑनलाईन योग साधना शिबिर

बुलडाणा (प्रतिनिधी) - पिंपळगाव काळे बापूमिया सिराजोद्दीन पटेल कला वाणिज्य विज्ञान महाविद्यालय, पिंपळगाव काळे, येथे संस्थेचे संस्थापक अध्यक्ष ॲड सलीम पटेल साहेब यांच्या आशीर्वादाने सहसचिव रब्बानी देशमुख संचालक प्रा कय्यूम दादा पटेल व प्राचार्य डॉ आई ए राजा यांच्या मार्गदर्शनाखाली दिनांक दरम्यान सकाळी सहा ते आठ रोज दोन तास महाविद्यालया अंतर्गत 'ऑनलाइन योगसाधना प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम' घेण्यात आला. या अभ्यासक्रमामध्ये आसन, प्राणायाम, ध्यान, क्रिया, आहार, दिनचर्या, निसर्गोपचार व आयुर्वेद आदी बाबींचा समावेश होता. कोरोना महामारीच्या काळात आपली व समाजातील व्यक्तींची रोगप्रतिकारक शक्ती वाढविण्यासाठी त्यांच्याशी संवाद साधण्यात आला.

योगासन प्रात्यक्षिकासह, निसर्ग उपचार व आयुर्वेदावर प्रकाश टाकण्यात आला. सात दिवस चाललेल्या या प्रमाणपत्र अभ्यासक्रमांमध्ये समारोपीय कार्यक्रमात काही योग लाभार्थ्यांनी आपले मनोगत व्यक्त केले. त्यामध्ये बुलढाणा जिल्ह्याचे एडिशनल एसपी श्री बजरंग बनसोडे साहेब यांनी अशा प्रकारचे योगा कोर्स मोठ्या प्रमाणावर घेऊन समाजामध्ये योगा बाबत जनजागृती निर्माण करण्याची कोरोणा परिस्थितीमध्ये काळाची गरज आहे. मी नियमीत योगासन करीत असल्यामुळे कुठल्याही कामाच्या ताणतणावांचा माझ्यावर परिणाम होत नाही. सोबतच पोलीस दलासाठी अल्प कालावधीचे योग शिबिर घेण्याची इच्छा त्यांनी व्यक्त केली.

मुंबई येथील डिप्टी कलेक्टर सुनिता भिकाणे मॅडम यांनी योगामुळे संपूर्ण शरीराला व्यायाम मिळतो व मानसिक व भावनिक शांती मिळते. योगा सोबत प्रत्येक व्यक्तीने एक झाड लावून त्यांचे संवर्धन करण्याची शपथ घेतली पाहिजे.

त्यामुळे येणा-या पिढीला ऑक्सिजनची कमतरता भासणार नाही अशी अपेक्षा त्यांनी साधकांकडून केली. मुंबईचे ठाणेदार अविनाश मांडके, बुलढाणा ऑडिट विभागाच्या अरुणा व्यवहारे मॅडम, शिक्षण मंचाचे माजी महामंत्री डॉ मनोज व्यवहारे, अकील तांबोळी, विशाल सपकाळ, पूजा मेटकर नेव्ही मुंबई, प्रा. विजय मोरे, डॉ संगीता खडसे, डॉ वंदना पराते अमरावती, मोना राठोड, माधुरीताई राणे इत्यादी अधिकारी व इतर राज्यातील व्यक्तींनी पूर्ण सात दिवस या ऑनलाइन अभ्यासक्रमाचा लाभ घेतला. महाविद्यालयाचे शारीरिक शिक्षण संचालक प्रा डॉ बाबाराव सांगळे यांनी या संपूर्ण शिबिराचे योग प्रात्यक्षिकासह संचालन केले व 'जो करेल योग, तो राहील निरोग' असा संदेश देऊन योग प्रमाण पत्र अभ्यासक्रम संपन्न केला

Conclusions:-

1) Information about health was obtained

2) People understood the importance of yoga

3) Gained knowledge about asana and pranayama