पंडित दीनदयाल उपाध्याय शिक्षण संस्था, वरुड, औरंगाबाद.

श्री संत सावता माळी ग्रामीण महाविद्यालय, फुलंब्री

अहवाल २०१७-१८

योग समिति

प्रा. डॉ. राजश्री पवार

पंडित दीनदयाळ उपाध्याय शिक्षण संस्था संचलित

श्री संत सावता माळी ग्रामीण महाविद्यालय

फुलंब्री, ता. फुलंब्री, जि. औरंगाबाद.

योग समिती

वार्षिक अहवाल २०१७-२०१८

१) **योगदिन:**- दि. २१ जून २०१७ रोजी जागतिक योगदिन महाविद्यालयात साजरा करण्यात आला. क्रीडा विभाग, एन.एस.एस. व योग समितीच्या वतीने ह्या सोहळ्याचे आयोजन करण्यात आले होते. याप्रसंगी प्रा. डॉ. संदीप जगताप, राजेंद्र तांदुळजे (योगशिक्षक, पतंजली योग समिती) यांनी महाविद्यालयाच्या मैदानावर सर्व उपस्थितांना प्रात्यक्षिके करुन दाखविले. योगासने, प्राणायाम, ध्यान घेण्यात आले. महाविद्यालयातील सर्व शिक्षक, शिक्षकेत्तर कर्मचारी, विद्यार्थी याप्रसंगी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

२) **योगशिबिर:** दि. ३ ऑक्टोबर २०१७ रोजी प्रा. डॉ. अश्विन रांजणीकर यांच्या हस्ते योग शिबिराचे उद्घाटन करण्यात आले. याप्रसंगी त्यांनी पतंजलीचे योगसूत्र उलगडून सांगितले. आजच्या स्थितीत योगा विषयीच्या जाणीव जागृती घडवून आणण्याच्या दृष्टीने योग समितीने कार्य करावे अशी अपेक्षा व्यक्ती केली; कारण ती काळाची गरज आहे. हे शिबीर दि. ३ ऑक्टोबर ते १० ऑक्टोबर २०१७ या कालावधीत घेण्यात आले. डॉ. राजश्री पवार यांनी दररोज दुपारी ३.०० ते ४.३० या वेळेत विद्यार्थी वर्गास मार्गदर्शन केले. विविध आसने, प्राणायाम, ध्यान-धारणा या पद्धतीने प्रशिक्षण देण्यात आले. शिबिरार्थींची संख्या २५ ते ३० होती.

३) **योगव्याख्यान:**- दि. २९ जानेवारी २०१८ आर्ट ऑफ लिव्हिंगचे श्री रत्नाकर गोरे यांनी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन केले. जीवन जगण्याची कला योगाच्या माध्यमातून कशी विकसीत होऊ शकते यावर त्यांनी प्रकाश टाकला. विद्यार्थी दशेपासूनच योग अंगवळणी पाडून घ्यावे असे आवाहन त्यांनी केले. योगातून व्यक्तिमत्त्व विकास कसा साधाणार याविषयी मार्गदर्शन केले. ४) दिनांक ६ मार्च २०१८ रोजी श्रीमती रूपाली बखले-दहिहंडे (माजी विद्यार्थीनी) यांचे योगाचे महत्त्व या विषयावर व्याख्यान आयोजित करण्यात आले होते. अतिशय शास्त्रशुद्ध पद्धतीने त्यांनी योग व पंचकर्म याविषयीची माहिती विद्यार्थ्यांना दिली. त्यांनी विद्यार्थ्यांच्या दृष्टीने योगाचे महत्त्व काय हे पटवून सांगितले.

प्रा. पवार आर. पी.

योग शिबिर - उद्घाटन प्रसंगी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना डॉ. अश्विन रांजणीकर.

योग शिबिरात विद्यार्थ्यांसमोर ध्यानधारणा करताना विद्यार्थी व डॉ. राजश्री पवार.

विद्यार्थी योगासन करताना.

योग विषयी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना
डॉ. रत्नाकर गोरे.

योग व पंचकर्म विषयी मार्गदर्शन करताना
श्रीमती रुपाली बरखे - दहिहंडे.