



Vidya Vikas Mandal's
**Sitaram Govind Patil Arts, Science and Commerce
College, Sakri Dist. Dhule (Maharashtra State)**



Report on 2nd International Yoga Day

21st June 2016

International Yoga Day celebrated to create awareness on the physical and mental well-being among faculty and staff at the college on 21st June 2016 between 7:00am to 8:00am with great enthusiasm. Dr. R. R. Ahire (Principal of the college), Shri A. O. Desale (Headmaster, Adarsh Madhymik Vidyalaya, Sakri) as well as Shri. S. N. Nikam (Headmaster, Jijamata Kanya Vidyalaya, Sakri) also participated in the celebration. The event organized by the department of physical education and sports.


Prof. Hasinkha S. Tadvi, Director of Physical Education and Sports interacted with faculty and staff as part of an introductory event and guidance on Yoga Day by Principal Dr. R. R. Ahire. The yoga practice session was attended by Teaching, Non-teaching Staff members and students. The practice session was led by the Prof. Sunil Palkhe, HOD, Chemistry Department. Overall, 32 members participated in the National international Yoga Day celebration. During the session Yoga Asana, Pranayama and Meditation were practiced by the faculty, staff members and students of the college under direction of Prof. Sunil Palkhe.

The Activities were as follows:-

- **Asanas** :-Vajrasana, Trikonasana, Bhujangasana, Ardha Halasana.
- **Pranayama** :-Kapalbhati, Bhramari, Nadi Shodhana (Breathing Exercise)
- **Meditation** :- State of Super conscious mind.

We all celebrate the day with a lot of enthusiasm and joy. It's very interesting Day for all of us. Dr. R. A. Deore, Vice Principal closed the event by thanking everyone.

Report Submitted By

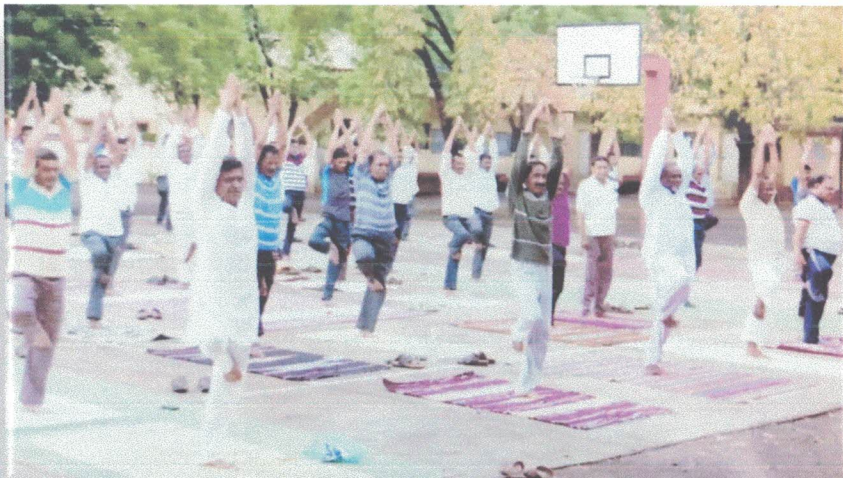
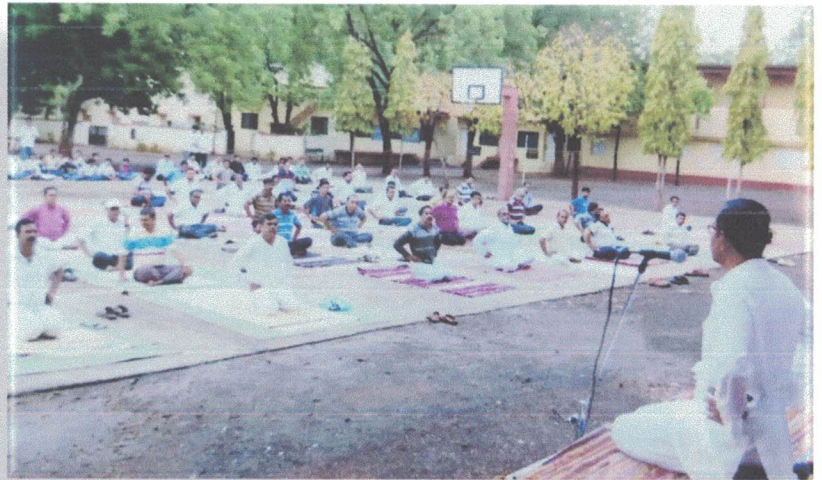

Dr. Hasinkha S. Tadvi
Director of Physical Education,
V.V.M's. S.G. Patil College,
SAKRI, Dist. Dhule.



Principal


Dr. R. R. Ahire
Principal
V.V.M.'s S. G. Patil
Arts, Science & Commerce College
SAKRI, Dist. Dhule.

Glimpse of Event



Rhosel
Principal
V.V.M.s' S. G. Patil
Arts, Science & Commerce College
SAKRI, Dist. Dhule.

लोकमत

धुळे, बुधवार, दि. २२ जून २०१६

सी.गो.पाटील कॉलेजात योग दिन

साक्री : येथील सी.गो. पाटील महाविद्यालयात आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त प्रा.सुनील पालखे यांच्या मार्गदर्शनाखाली सकाळी सात वाजता एक दिवशीय योग शिबिर घेण्यात आले.

या वेळी प्राचार्य डॉ.आर.आर. अहिरे, उपप्राचार्य डॉ.आर.ए. देवरे, महाराष्ट्र राज्य प्राध्यापक महासंघाचे खजिनदार प्रा.संजय सोनवणे, सर्व प्राध्यापक, शिक्षकेतर कर्मचारी, विद्यार्थी तसेच आदर्श माध्यमिक विद्यालयाचे मुख्याध्यापक ए.ओ. देसले, जिजामाता कन्या विद्यालयाचे मुख्याध्यापक एस.एन. निकम, सर्व माध्यमिक शिक्षक, शिक्षक, माध्यमिक शाळेचे विद्यार्थी मोठ्या संख्येने सहभागी झाले होते.

या योग शिबिरात योग शिक्षक सुनील पालखे यांनी त्रिकोणासन, भ्रामरी, उदगीय, उज्जयी श्वास इत्यादी प्राणायामांचा सराव करून घेतला. यापुढेही दररोज योग व प्राणायामाचा घरी नियमित सराव करण्याचा सल्ला या वेळी देण्यात आला. तसेच विविध आजारांवर आपण कायमस्वरूपी निरोगी राहण्यासाठी योग कशाप्रकारे उपयोगी आहे, याचेही मार्गदर्शन करण्यात आले.

प्राचार्य आर.आर. अहिरे यांनी योग दिनाविषयी मार्गदर्शन केले. आभार उपप्राचार्य देवरे यांनी मानले. शिबिरासाठी भाजपाचे तालुकाध्यक्ष संजय अहिरराव, भाजपा युवाचे साक्री तालुकाध्यक्ष डॉ.देवेंद्र देवरे यांच्यासह शहरातील नागरिक उपस्थित होते.

R. Patil

Principal

V.V.M.s' S.G. Patil

Arts, Science & Commerce College

SAKRI, Dist. Dhule.