

Rayat Shikshan Sanstha's

Arts, Science & Commerce College

Mokhada, Tal - Mokhada, Dist - Palghar

Department of Commerce

Short Term Course 2018-19

Yoga



रयत शिक्षण संस्थेचे

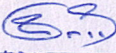
कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय, मोखाडा

ता.मोखाडा जि.पालघर


दि.१४/०१/२०१९

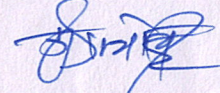
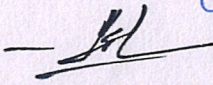
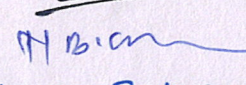
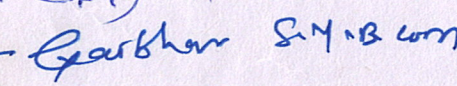
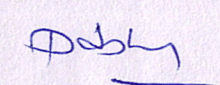
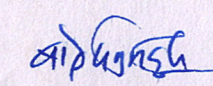
सूचना

महाविद्यालयातील सर्व विद्यार्थ्यांना कळविण्यात येते कि, दि.२३/०१/२०१९ पासून आपल्या महाविद्यालयात **Certificate course in Yoga** सुरु होत आहे. सदर course चा कालावधी १५ दिवसांचा असून फी ५० रु इतकी आहे. तरी इच्छुक विद्यार्थ्यांनी आपली नावे प्रा. वारघडे जे.बी. यांचेकडे दि.१६/०१/२०१९ पर्यंत द्यावीत.


संमन्वयक




प्राचार्य
कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय
मोखाडा, जि. पालघर
प्राचार्य

- 1) Bhoye D.R. T.Y.B.A. - 
- 2) Shinde P.J. - S.Y.B.A. - 
- 3) Wanyhad T.B. (S.Y.) M.B.A. - 
- 4) Gadhave V.V. - Garbhar S.Y.B.Com - 
- 5) P.D. Dhale F.Y.B.Com. Dhale - 
- 6) Magdum B.M. - F.Y.B.A. 

Rayat Shikshan Sanstha's
Arts, Science & Commerce, College, Mokhada
Department of Commerce
Short Term Course – Yoga
Board of Studies – 2018– 19

Sr. No.	Designation	Name of the person
1	Chairman	Dr. Jadhav J.G. (Principal)
2	Member	Prof. Warghade J. B. (Co-ordinator & Head of Commerce Department)
3	Member	Mr. Gojare S. M. (Expert)
4	Member	Prof. Chothe V. G.
5	Member	Dr. Mamlayya A.B. (IQAC Co-ordinator)

Minutes of the Meeting

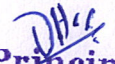
Board of Studies meeting of the Short term Course of Certificate Course in Yoga was conducted on 10-08-2018 at 12.30 PM in the Department of Commerce. The following members were present in the meeting.

Following Points are discussed in this meeting.

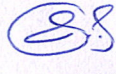
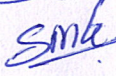

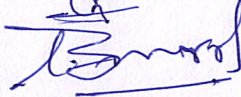
1. Syllabus formation of Yoga short term course.
2. Dissemination of work
3. Encouragement of Student
4. Exam of short term course


Co- Ordinator




Principal
Arts Science and Commerce College,
Mokhada, Dist. Palghar

Members

- 1) Prof. Warghade J.B - 
- 2) Mr. Gojare S.M. - 
- 3) Mr. Chothe V.G. - 
- 4) Dr. Mamlayya A.B. - 

रयत शिक्षण संस्थेचे

कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय, मोखाडा.

ता.मोखाडा जि.पालघर

सर्टिफिकेट कोर्स इन योगा (Certificate Course in Yoga)

वेळापत्रक

सकाळ सत्र- प्रात्यक्षिक

वेळ	सोमवार	मंगळवार	बुधवार	गुरुवार	शुक्रवार	शनिवार
06:45 ते 07:30	प्रा.वारघडे जे.बी.	प्रा.वारघडे जे.बी.	प्रा.वारघडे जे.बी.	प्रा.वारघडे जे.बी.	प्रा.वारघडे जे.बी.	प्रा.वारघडे जे.बी.

दुपार सत्र-

वेळ	सोमवार	मंगळवार	बुधवार	गुरुवार	शुक्रवार	शनिवार
12:05 ते 12:50	प्रा.गोजारे एस. एम.	प्रा.गोजारे एस. एम.	प्रा.गोजारे एस. एम.	प्रा.गोजारे एस. एम.	प्रा.गोजारे एस. एम.	प्रा.गोजारे एस. एम.



OWT
प्राचार्य
कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय
मोखाडा, जि. पालघर

रयत शिक्षण संस्थेचे

कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय, मोखाडा. ता. मोखाडा, जि. पालघर

सर्टिफिकेट कोर्स इन योगा (Certificate Course in Yoga)

अभ्यासक्रम

अ. नं।	घटकाचे नाव	तासिका
१.	योगशास्त्राची ओळख- योग - अर्थ, व्याख्या, स्वरूप, महत्व, योगशास्त्राविषयी समाज व गैरसमज, योगतील विविध प्रवाह.	०२
२.	यम- नियम- यम- अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रम्हचर्य आणि अपरिग्रह संकल्पना व स्वरूप. नियम- शौच, संतोष, तप, स्वाध्याय आणि ईश्वरप्रणीधान संकल्पना व स्वरूप.	०२
३.	आसने भाग- १ दंडस्थिति, बैठक स्थिति- दंडस्थिति : वृक्षासन, ताडासन, त्रिकोणासन, विरासन, संकटासन बैठक स्थिति: वज्रासन, पद्मासन, पर्वतासन, पश्चिमोत्तानासन, गोमुखासन, हंसासन	०४
४.	आसने भाग- २ शयन स्थिती, विपरीत शयन स्थिती शयन स्थिती: सर्वांगासन, पवनमुक्तासन, द्रोणासन, मत्स्यासन, हलासन, अर्धचक्रासन विपरीत शयन स्थिती: शलभासन, भुजंगासन, धनुरासन, नौकासन, मकरासन	०४
५.	प्राणायाम व ध्यानधारणा- प्राणायाम: अनुलोम विलोम, सूर्यभेदन व चंद्रभेदन, भ्रामरी, भ्रश्रिका, शीतली, सित्कारी ध्यान, धारणा व समाधी	०३



OM
प्राचार्य
कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय
मोखाडा, जि. पालघर

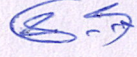
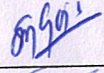
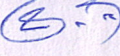

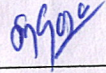
रयत शिक्षण संस्थेचे

कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय, मोखाडा.

ता.मोखाडा जि.पालघर

सर्टिफिकेट कोर्स इन योगा (Certificate Course in Yoga)

कार्यभार विभागणी (लेक्चरर अलॉटमेंट)

अ.नं	घटक	घटकाचे नाव	प्राध्यापकाचे नाव	सही
१	I	योगशास्त्राची ओळख	प्रा. वारघडे जे.बी.	
२	II	यम- नियम	प्रा.गोजारे एस.एम.	
३	III	आसने भाग- १ दंडस्थिति, बैठक स्थिति	प्रा. वारघडे जे.बी.	
४	IV	आसने भाग- २ शयन स्थिती, विपरीत शयन स्थिती	प्रा. वारघडे जे.बी.	
५	V	प्राणायाम, ध्यानधारणा	प्रा.गोजारे एस.एम.	



OWA
प्राचार्य
कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय
मोखाडा, जि. पालघर

रयत शिक्षण संस्थेचे

कला , विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय , मोखाडा

ता. मोखाडा जि. पालघर

सर्टिफिकेट कोर्से इन योगा (Certificate Course in Yoga)

विद्यार्थांची यादी

अ .क्र	विद्यार्थांचे नाव	वर्ग
०१	खेताले अविनाश विष्णू	T.Y.B.Com
०२	गवारी लक्ष्मि सखाराम	T.Y.B.Com
०३	गोडे प्रणव शिवाजी	T.Y.B.Com
०४	गोविंद देवराम रडका	T.Y.B.Com
०५	चौधरी भगवान काळू	T.Y.B.Com
०६	चौधरी योगीराज बाळू	S.Y.B.A.
०७	दिघा सुनंदा गंगाधर	T.Y.B.Com
०८	पाटील गौरी भागीरथ	T.Y.B.Com
०९	पाटेकर प्रशांत मनोहर	T.Y.B.Com
१०	बरफ सोनाली सुरेंद्र	T.Y.B.Com
११	भुसारे जयवंत दामू	T.Y.B.Com
१२	महाले नीलम देवराम	T.Y.B.Com
१३	लोने गुणवंता अनंता	T.Y.B.Com
१४	वाघेरे जगदीश देवराम	T.Y.B.Com
१५	वाजे दिपाली सोबिराम	T.Y.B.Com
१६	वाजे राजाराम शंकर	T.Y.B.Com
१७	शेख जमीर अन्सार	T.Y.B.Com
१८	शेख निदा रफीक	T.Y.B.Com



OWK
प्राचार्य
कला, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय
मोखाडा जि. पालघर

अ.क्र.	विद्यार्थ्याचे नाव	वर्ग	२३/०९/१९	२४/०९/१९	२५/०९/१९	२७/०९/१९	२८/०९/१९	२९/०९/१९	३०/०९/१९	३१/०९/१९
०१	खेताले अविनाश विष्णू	T.Y.B.Com								
०२	गवारी लक्ष्मि सखाराम	T.Y.B.Com								
०३	गोडे प्रणव शिवाजी	T.Y.B.Com								
०४	गोविंद देवराम रडका	T.Y.B.Com								
०५	चौधरी भगवान काळू	T.Y.B.Com								
०६	चौधरी योगीराज बाळू	S.Y.B.A.								
०७	दिघा सुनंदा गंगाधर	T.Y.B.Com								
०८	पाटील गौरी भागीरथ	T.Y.B.Com								
०९	पाटेकर प्रशांत मनोहर	T.Y.B.Com								
१०	बरफ सोनाली सुरेंद्र	T.Y.B.Com								
११	भुसारे जयवंत दामू	T.Y.B.Com								
१२	महाले नीलम देवराम	T.Y.B.Com								
१३	लोने गुणवंता अनंता	T.Y.B.Com								
१४	वाघरे जगदीश देवराम	T.Y.B.Com								
१५	वाजे दिपाली सोबिराम	T.Y.B.Com								
१६	वाजे राजाराम शंकर	T.Y.B.Com								
१७	शेख जमीर अन्सार	T.Y.B.Com								
१८	शेख निदा रफीक	T.Y.B.Com								

विद्यार्थी उपस्थिती पत्रक

अ.क्र.	विद्यार्थ्याचे नाव	वर्ग	०१/०२/१९	२/०२/१९	०३/०२/१९	०४/०२/१९	०५/०२/१९	०६/०२/१९	०७/०२/१९
०१	खेतले अविनाश विष्णू	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०२	गवारी लक्ष्मि सखाराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०३	गोडे प्रणव शिवाजी	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०४	गोविंद देवराम रडका	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०५	चौधरी भगवान काळू	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०६	चौधरी योगीराज बाळू	S.Y.B.A.	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०७	दिघा सुनंदा गंगाधर	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०८	पाटील गौरी भागीरथ	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०९	पाटेकर प्रशांत मनोहर	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१०	बरफ सोनाली सुरेंद्र	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
११	भुसारे जयवंत दामू	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१२	महाले नीलम देवराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१३	लोने गुणवंता अनंता	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१४	वाघरे जगदीश देवराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१५	वाजे दिपाली सोबिराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१६	वाजे राजाराम शंकर	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१७	शेख जमीर अन्सार	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१८	शेख निदा रफीक	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present



रयत शिक्षण संस्थेचे
कला , विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय , मोखाडा
ता. मोखाडा जि. पालघर

सर्टिफिकेट कोर्स इन योगा (Certificate Course in Yoga)

विद्यार्थी उपस्थिती पत्रक

अ.क्र.	विद्यार्थ्याचे नाव	वर्ग	२३/०९/१९	२४/०९/१९	२५/०९/१९	२६/०९/१९	२७/०९/१९	२८/०९/१९	२९/०९/१९	३०/०९/१९	३१/०९/१९
०१	खेताले अविनाश विष्णू	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०२	गवारी लक्ष्मि सखाराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०३	गोडे प्रणव शिवाजी	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०४	गोविंद देवराम रडका	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०५	चौधरी भगवान काळू	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०६	चौधरी योगीराज बाळू	S.Y.B.A.	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०७	दिघा सुनंदा गंगाधर	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०८	पाटील गौरी भागीरथ	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
०९	पाटेकर प्रशांत मनोहर	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१०	बरफ सोनाली सुरेंद्र	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
११	भुसारे जयवंत दामू	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१२	महाले नीलम देवराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१३	लोने गुणवंता अनंता	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१४	वाघरे जगदीश देवराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१५	वाजे दिपाली सोबिराम	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१६	वाजे राजाराम शंकर	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१७	शेख जमीर अन्सार	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present
१८	शेख निदा रफीक	T.Y.B.Com	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present	Present

Head / विभागप्रमुख
Department of Commerce / वाणिज्य विभाग



प्राचार्य

कर्म, विज्ञान व वाणिज्य महाविद्यालय
मोखाडा जि. पालघर

विद्यार्थी उपस्थिती पत्रक

अ.क्र.	विद्यार्थीचे नाव	वर्ग	०१/०२/१९	२/०२/१९	०३/०२/१९	०४/०२/१९	०५/०२/१९	०६/०२/१९	०७/०२/१९
०१	खेताले अविनाश विष्णू	T.Y.B.Com							
०२	गवारी लक्ष्मि सखाराम	T.Y.B.Com							
०३	गोडे प्रणव शिवाजी	T.Y.B.Com							
०४	गोविंद देवराम रडका	T.Y.B.Com							
०५	चौधरी भगवान काळू	T.Y.B.Com							
०६	चौधरी योगीराज बाळू	S.Y.B.A.							
०७	दिघा सुनंदा गंगाधर	T.Y.B.Com							
०८	पाटील गौरी भागीरथ	T.Y.B.Com							
०९	पाटेकर प्रशांत मनोहर	T.Y.B.Com							
१०	बरफ सोनाली सुरेंद्र	T.Y.B.Com							
११	भुसारे जयवंत दामू	T.Y.B.Com							
१२	महाले नीलम देवराम	T.Y.B.Com							
१३	लोने गुणवंता अनंता	T.Y.B.Com							
१४	वाघरे जगदीश देवराम	T.Y.B.Com							
१५	वाजे दिपाली सोबिराम	T.Y.B.Com							
१६	वाजे राजाराम शंकर	T.Y.B.Com							
१७	शेख जमीर अन्सार	T.Y.B.Com							
१८	शेख निदा रफीक	T.Y.B.Com							



रयत शिक्षण संस्थेचे
कला विज्ञान महाविद्यालय मोखाडा. जि. पालघर
 वाणिज्य विभाग

सर्टिफिकेट्स कोर्स इन योगा (२०१६ - १७)

योगा प्रात्यक्षिक गुणपत्रक

अ. क्र.	विद्यार्थ्यांची नावे	दंडस्थिती (२०)	शयनस्थिती (२०)	प्राणायाम (२०)	ग्रेड
1.	खेताले अविनाश विष्णु	१५	२०	१६	अ
2.	गवारी लक्ष्मी सखाराम	१७	१७	१४	अ
3.	गोडे प्रणव शिवाजी	१६	१८	१८	अ
4.	गोविंद देवराम रडका	१४	१५	१७	अ
5.	चौधरी भगवान काळू	१८	२०	१९	अ
6.	चौधरी योगिराज बाळू	१७	१७	२०	अ
7.	दिघा सुनंदा गंगाधर	१९	१५	१७	अ
8.	पाटील गौरी भागीरथ	२०	१६	१८	अ
9.	पाटेकर प्रशांत मनोहर	१७	१४	१५	अ
10.	बरफ सोनाली सुरेंद्र	१८	१७	१९	अ
11.	भुसारे जयवंत दामू	१५	१७	१४	अ
12.	महाले निलम देवराम	१९	१९	१८	अ
13.	लोने गुणवंता अनंता	२०	२०	१७	अ
14.	वाघेरे जगदीश देवराम	१७	१७	१९	अ
15.	वाजे दिपाली सोबिराम	१५	१८	२०	अ
16.	वाजे राजाराम शंकर	१६	१५	१७	अ
17.	शेख जमीर अंसार	१४	१९	१८	अ
18.	शेख निधा रफीक	१७	२०	१५	अ

Rayat Shikshan Sanstha's
Arts & Science & Commerce Science College, Mokhada
Department of Commerce
Academic Year – 2018-19

Report of Short-Term course in Yoga

The Department of Commerce has carried out short term course entitled “Yoga ” in the academic year 2018-19. Total 18 students have participated in this course. The students were taught various yoga practices for daily life. The designed curriculum was completed in the stipulated time. All students have successfully completed this course.


Co-ordinator


Head HOD प्रमुख
Department of Commerce / वाणिज्य विभाग

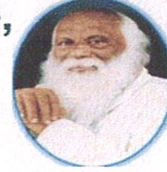

Principal
Arts Science and Commerce College
Mokhada, Dist. Palghar





Rayat Shikshan Sanstha's
Art's, Science and Commerce College,
Mokhada Dist. Palghar, 401604

(Affiliated to University of Mumbai)
Accredited Grade 'B' by NAAC with CGPA Score 2.21



CERTIFICATE

This is to certify that Mr./Mrs./Miss. _____ of _____ has
successfully completed short term course entitled " *Yoga* " during Year
2019-2020 conducted by Department of Commerce, ASC. College, Mokhada.

Mr. J. B. Warghade
Coordinator & HOD Commerce Dept.



Dr. J. G. Jadhav
Principal

Arts, Science and Commerce College
Mokhada



Certificate Course in Yoga

