

MALD GOVERNMENT DEGREE COLLEGE, GADWAL

CERTIFICATE COURSE IN YOGA

2018-19

ORGANISED BY DEPT OF MATHEMATICS




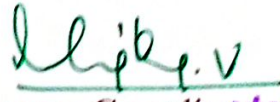
DEPARTMENT OF MATHEMATICS

MALD GOVERNMENT DEGREE COLLEGE, GADWAL.

NOTICE

All the I, II, III B.A, B.Com B.Sc Students kindly informed that Mathematics Department of this college conducting 30Days Certificate course YOGA CERTIFICATE COURSE through Mathematics. In month sep 2018 onwards Students who are interested may registered their Names with the Course Coordinator.


PRINCIPAL
PRINCIPAL
M.A.L.D. Govt. Degree & PG. College
GADWAL - 509 125


Course Coordinator
Mathematics
Govt. Degree College
GADWAL - 509125

YOGA CERTIFICATE COURSE

1. General Objectives of the Course:

1. To enable student to become competent and committed professionals willing to perform as Yoga trainer.
2. To make student to use competencies and skills needed for becoming an effective Yoga trainer
3. To enable student to understand the types of the types of Yoga
4. To acquaint student with the practical knowledge of Yogasana, Kriyas, Bandhas, Mudras, Yogic Therapy and Pranayama
5. To enable student to prepare the Yoga programme.

S.No	Date	Topic Covered
1	24-09-2018	Introduction to Human Body and systems in brief with special reference to Respiratory, Digestive, Muscular and Nervous systems.
2	25-09-2018	Postural Physiology with reference to Asana.
3	26-9-2018	Asana - Definition and Classification, Similarities and dissimilarities between Asana and Exercise.
4	27-09-2018	Sun Salutations
5	28-09-2018	Standing poses
6	29-09-2018	Balancing Poses
7	03-10-2018	Sitting Poses
8	04-10-2018	Knees Poses
9	05-10-2018	Prone Poses
10	06-10-2018	Supine Poses
11	08-10-2018	Closing Poses
12	09-10-2018	Mudras
13	10-10-2018	Pranayama - Definition and Classification. Difference between pranayama and deep breathing.
14	11-10-2018	Importance of Rechaka, Kumbhaka, Puraka.
15	12-10-2018	Revision and practice

Note *: After completion the course 15 hours Practical daily


Report

- ❖ strengthening the back and balancing the metabolism
- ❖ stimulating and balancing all the systems of the body, including the digestive system
- ❖ practiced in a fast pace helps to burn fat and lose weight

Following students are participated

S.No	Name of the Student	Group
1	M.GANESH NAIDU	BSC(MPC) II
2	A.YASHWANTH REDDY	BSC(MPC) II
3	K.LOKANATH	BSC(MPCS) II
4	K. MURALI KRISHNA	BSC(MPC) II
5	D.SACHIN	BSC(MPCS) II
6	B.RAMBABU	BSC(MPCS) II
7	M.PRAVEEN	BSC(MPC) II
8	K.VIJAY BHASKAR	BSC(MPCS) II
9	M.RAMESH	BSC(MPC) II
10	S.SAITEJA	BSC(MPCS) II
11	V.KRISHNA	BSC(MPCS) II
12	G.NARESH	BSC(MPCS) II
13	P.VEERESH	BSC(MPCS) II
14	B.ANIL	BSC(MPCS) II
15	D.SAITEJA	BSC(MPCS) II
16	S.SUNIL	BSC(MPC) II
17	N.YOUNUS	BSC(MPCS) II
18	PRANEESH	BSC(MPC) II
19	G.ABHIRAM	BSC(MPCS) II
20	E.PAVAN KALYAN GOUD	BSC(MPCS) II

21	K.SHIVA KUMAR	BSC(MPC) II
22	K.SURESH	BSC(MPC) II
23	K.HANMESH	BA EPP II
24	T.SAWARAMMA	BZC II
25	N.NITHEESH KUMAR	BSC (MSCS)
26	K.PRASHANTH	BSC (MPCS)
27	C.RAJESH	BSC (MPC)
28	U.VISHNU VARDHAN	BSC (BZC) II
29	K.RAVI KUMAR	BSC (BZC) II
30	ARSHAD	BSC (BZC) II
31	M.NARAYANA	BSC (MZC) II
32	V.NAVEEN KUMAR	BSC (BZC) II
33	ANITHA	BA (EPML)I
34	SRINU	BA (EPP)I
35	YASIN	BA (HEP)II
36	VIJENDRA	BA (EPP)I
37	AMANI	BA (HEP)II
38	VIJNDRA	BA (EPP)I
39	YUVARAJU	BA (EPP)II
40	R.RAMANJANEYULU	BSC (MPCS)I
41	K. MOHAN	BSC (MPCS)I
42	B.BHASKER NAIDU	BSC (MPC)II
43	J.RAJU	BA(EPP)I
44	M.NAGARAJU	BSC (MPC)II


PRINCIPAL
M.A.L.D. Govt. Degree & PG. College
GADWAL - 509 125

Mald Govt Degree College, Gadwal

15 Days Certificate Course: B.Sc 2019-20

YOGA

Students Attendance

Department : Mathematics		Class	Students Attendance															Total Days	Student Signature
S.No	Applicant's Name		Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	Day 6	Day 7	Day 8	Day 9	Day 10	Day 11	Day 12	Day 13	Day 14	Day 15		
1	M. GANESH MADDU	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	13	Ganesh Maddu
2	A. YASWANATH REDDY	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	14	Yaswanath Reddy
3	K. LOKANATH	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	lokath Krishna
4	K. VIJAYALAKSHMI	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	vijsa
5	D. SUDHAKRAN	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	14	Sudhakar
6	B. RAMANATH	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Ramath
7	M. PRASANTH	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	14	Prasanth
8	K. VISHAY BHASKAR	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Vishay
9	M. RAMANATH	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	14	Ramath
10	S. SATEJA	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Sateja
11	V. KRISHNA	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Krishna
12	G. NARAYAN	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Narayana
13	P. VISHAY	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Vishay
14	B. ANIL	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	14	Anil
15	D. SATEJA	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Sateja
16	S. SUNIL	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Sunil
17	N. Y. GUNDE	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Gunde
18	P. ANANDH	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	13	Anandh
19	G. ANANDH	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	15	Anandh
20	E. PAVAN KALYAN (GJ)	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	14	Pavan
21	K. SHYAM KUMAR	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	14	Shyam
22	K. SARASWATHI	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	13	Saraswathi
23	K. HANUMANTH	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	13	Hanumant
24	T. SANKARASAMA	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	13	Sankarasama
25	S. SATHISH KUMAR	BSC(MPC) III	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	13	Sathish

Principal

MALD. Govt. Degree & PG. College
GADWAL - 509 125

26-09-2018

శ్రీ సాయి

యోగా శిక్షణతో ఉపాధి అవకాశాలు



మొట్టమొదటి మల్లిఖార్జునాచారి

గద్వాల కలెక్టరేట్, న్యూనీటండే : యోగా శిక్షణతో విద్యార్థులకు భవీ స్వస్థుల్లో మంచి ఉపాధి అవకాశాలుంటాయని పాఠాంజలి యోగా సమితి జిల్లా ప్రచారక మల్లిఖార్జునాచారి అన్నారు. మంగళవారం జిల్లా కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ ఎంపిఎల్డీ డిగ్రీ కళాశాలలో యోగా తరగతు లను ప్రారంభించారు. యోగాతో ఏకాగ్రత పెరుగుతుందని, శారీరకంగా, మానసికంగా బలంగా ఉండటానికి దోహదపడుతుందన్నారు. కార్యక్ర మంలో కళాశాల ప్రధానాచార్యులు డా. అబ్దుల్ అన్వార్, అధ్యాపకులు మనోజ్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స
కె
కె

క్రం ద్ర) జ్యోతి 26-09-2018.

యోగాతోనే సంపూర్ణ ఆరోగ్యం

ఎంపిఎల్డీ ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల ప్రెస్నిపాల్ అబ్దుల్ అన్వార్



విద్యార్థులను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతున్న ప్రెస్నిపాల్

గద్వాలన్యూటన్, సెప్టెంబరు 25 : యోగాతోనే సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుందని, ప్రతి విద్యార్థి యోగా, వ్యాయామం చేయడం అలవాటు చే సుకోవాలని ఎంపిఎల్డీ ప్రభుత్వ డి గ్రీ కళాశాల ప్రెస్నిపాల్ అబ్దుల్ అన్వార్ అన్నారు. మంగళవారం గణిత విభాగ ఆధిపతి మనోజ్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో యోగా సర్టిఫికేట్ కోర్సును ప్రారంభిం చారు. పాఠాంజలి యోగా ప్రచారక మ ల్లిఖార్జునా చారి, దేవదాసులు విద్యార్థు

లకు యోగాపై శిక్షణ ఇచ్చారు. యో గా వల్ల విద్యార్థులకు ఏకాగ్రత పెరుగు తుందని, శారీరకంగా బలంగా ఉండ డం వల్ల వారి లక్ష్యాలను చేరుకుని ఉన్నత స్థాయికి చేరుకుంటారని తెలిపారు. 10రోజుల పాటు శిక్షణ అనంతరం కోర్సు సర్టిఫికేట్లను అం దణియను స్పృ ట్లు తెలిపారు.

Handwritten signature in green ink.

M.A.I.D. Government Arts & Science College, Gadwal

Mahabubnagar Dist. Telangana State



Course Certificate



This is to certify that Mr./Miss B. MAHENDHAR

Studying B.Sc(MPE) III year YOGA has completed the Certificate Course
in _____ YOGA

conducted in M.A.I.D. Arts & Science College, Gadwal from 24/09/2018 to 25/10/2018
and obtained AB grade.

Course ~~Coordinator~~
PRESIDENT
Bharat Swabhiman (Trust)
Jogulamba Gadwal

Convener

Principal
M.A.I.D. Govt. Degree College
GADWAL