

लक्षाभारत ३ सप्टे २००२

कमला कॉलेजमध्ये एरोबिक्सचे प्रात्यक्षिक

कोल्हापूर ■ सध्याच्या धक्काधक्कीच्या जीवनात विविध ताणतणावांना सामोरे जाण्यासाठी मन, मनगट आणि मेंदू सुदृढ असावे, असे मत कमला महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. क्रांतीकुमार पाटील यांनी केले. ते महाविद्यालयातील कमला हेल्थ क्लब तर्फे घेण्यात आलेल्या एरोबीक्स प्रशिक्षण समारोप आणि प्रमाण वितरण समारंभात बोलत होते.

डॉ. पाटील पुढे म्हणाले मन, मनगट आणि मेंदू सुदृढ ठेवण्यासाठी व्यायामासारखा दुसरा मार्ग नाही. कमला

हेल्थ क्लबतर्फे १ ऑगस्ट ते ३० ऑगस्टपर्यंत एरोबीक्स कोर्सचे प्रशिक्षण घेण्यात आले. या कोर्समध्ये प्रा. सुनिता काळे यांच्या मार्गदर्शनाखाली बॉक्स एरोबीक्स, मसल्स एरोबीक्स, जंपिंग, स्ट्रेपींग, बॅलेन्सींग, क्लोअरींग, सूर्यनमस्कार आदीचे प्रशिक्षण देण्यात आले. यावेळी प्रा. सौ. काळे यांच्या नेतृत्वाखाली विद्यार्थीनीनी एक तास प्रात्यक्षिक सादर केले. प्रास्ताविक प्रा. सौ. सुनिता काळे यांनी, सूत्रसंचालन जनरल सेक्रेटरी कु. गायत्री मंडलिक यांनी तर प्रा. श्रीमती साधना पाटील यांनी आभार मानले.



कमला महाविद्यालयात एरोबीक्सचे प्रात्यक्षिक.

३ सप्टे २००२