

चेस्ट नंबर

शाळा/महाविद्यालय/संस्था यांच्या नावाचा रबरी शिक्का



वसई तालुका कला-क्रीडा विकास मंडळ (रजि.) आयोजित

## वसई तालुका कला-क्रीडा महोत्सव योग प्रवेशिका

आडनांव / Surname	नांव/ Name	वडिलांचे नांव/ Father's Name
संपूर्ण नांव / Full Name		
जन्मतारीख / Birth Date	मोबाईल / Mobile :	
संपूर्ण पत्ता / Full Address		
शाळा-महाविद्यालय-संस्थातून भाग घेणाऱ्या स्पर्धकांसाठी / Only for the School/College/Institution's Participants		
शाळा-महाविद्यालय-संस्थेचे नांव/पत्ता		
School/College/Ins. Name/Addr.		

गट	वयोगट	वयोमर्यादा
गट १	८ वर्षाखालील मुले मुली	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-२००९ च्या नंतरचा असावा
गट २	८ ते ११ वर्षाखालील मुले मुली	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-२००६ च्या नंतरचा व २६-१२-२००९ च्या अगोदरचा असावा
गट ३	११ ते १४ वर्षाखालील मुले मुली	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-२००३ च्या नंतरचा व २६-१२-२००६ च्या अगोदरचा असावा
गट ४	१४ ते १७ वर्षाखालील मुले मुली	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-२००० च्या नंतरचा व २६-१२-२००३ च्या अगोदरचा असावा
गट ५	१७ ते २१ वर्षाखालील मुले मुली	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-१९९६ च्या नंतरचा व २६-१२-२००० च्या अगोदरचा असावा
गट ६	२१ ते २५ वर्षाखालील मुले मुली	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-१९९२ च्या नंतरचा व २६-१२-१९९६ च्या अगोदरचा असावा
गट ७	२५ ते ३५ वर्षाखालील पुरुष व महिला	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-१९८२ च्या नंतरचा व २६-१२-१९९२ च्या अगोदरचा असावा
गट ८	३५ ते ५५ वर्षाखालील पुरुष व महिला	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-१९६२ च्या नंतरचा व २६-१२-१९८२ च्या अगोदरचा असावा
गट ९	५५ वर्षावरील खुला गट पुरुष व महिला	स्पर्धकाचा जन्म २६-१२-१९६२ च्या अगोदरचा असावा

सोबत योगासनांची माहितीपत्रिका जोडत आहे.

टिप : ५५ वर्षावरील गटासाठी स्पर्धकाने स्वतःच्या आवडीची कोणतीही ५ आसने करावी.

मी असे जाहीर करतो/करते की, मी माझ्याबाबत वर दिलेली माहिती खरी असून मी माझ्या वैयक्तिक जबाबदारीवर वरील स्पर्धेत भाग घेऊ इच्छितो / इच्छिते. स्पर्धेचे नियम व अटी मी वाचल्या असून त्या मला बंधनकारक राहतील. सोबत प्रवेश शुल्क रु. /- पाठवित आहे. वरील माहिती खरी आहे.

मुख्याध्यापक / प्राचार्य  
सही व शिक्का

स्पर्धकाची सही

फक्त कार्यालयीन कामासाठी

पावती क्रमांक

दिनांक

प्रवेश शुल्क

मिळाले.

प्रवेश पत्रिका स्विकारणाऱ्याची सही

## योगासन स्पर्धेसाठी सूचना

- १) प्रवेशिकेची अंतिम तारिख \_\_\_\_\_
- २) स्पर्धेची प्रवेश फी रु. ५ प्रत्येकी
- ३) जन्म तारखेचा पुरावा

संपर्क : रुचिता ठाकूर ९९२२१३४४४४

लॉसन कोरीया ८६९८७१०२८४

### तांत्रिक बाबी

#### परिक्षण

- १) पंचांच्या समिती मध्ये एक मुख्य पंच, पाच पंच, एक गुणलेखक आणि एक वेळाधिकारी असेल.
- २) मुलांसाठी आणि मुलींसाठी असे पंचांचे दोन गट असतील.
- ३) गुणपत्रिकेमध्ये प्रत्येक आसनासाठी पंच गुण लिहतील.
- ४) प्रत्येक स्पर्धकाला प्रत्येक आसनासाठी पाच पंचांकडून १० पैकी गुण मिळतील. त्यातील सर्वोच्च आणि सर्वात कमी गुण वगळण्यात येतील आणि राहिलेल्या तीन पंचांचे गुण अंतिम गुणांसाठी ग्राह्य धरले जातील.

### स्पर्धा (सर्व वयोगट - मुले/मुली)

- १) योगासन अभ्यासक्रमातील तीन आसने प्रत्येक स्पर्धकाला बंधनकारक राहतील. (लॉटरी पद्धतीने)
- २) दोन आसने ऐच्छिक असतील (अभ्यासक्रमा बाहेरील)
- ३) प्रत्येक आसन २० सेकंद कालावधीसाठी असेल.
- ४) ५५ वर्षावरील गटासाठी स्पर्धकाने कोणतीही पाच ऐच्छिक आसने करावी.

### बक्षिसे

- १) प्रथम, द्वितीय, तृतीय क्रमांकांच्या विजेत्यांसाठी मेडल आणि प्रमाणपत्र
- २) उत्तेजनार्थ विजेत्यांसाठी प्रमाणपत्र

### ड्रेस

- १) मुलींसाठी : स्लॉक, स्विमिंग कॉस्ट्यूम किंवा योगा कॉस्ट्यूम
- २) मुलांसाठी : टाईट फिट हाफ पॅन्ट