K.T.S.P.MANDAL'S

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAY

RAJGURUNAGAR

A Report

Title	**Body Fat Assessment program for Staff**
Introduction	For to know every one the fat % of our self. Department of physical education & sports was organized **Body Fat Assessment Program for the staff** on 8 April 2022 After 9:30 am.
Organizer	Department of physical education & sports , Life Skill Cell & Harbal Life Rajgurunagar
Date	8 April 2022
Venue	Department of physical education & sports
Objective of the programme	to assess the Body Fat % of staff
Details of participants	85 College Staff
summary	To assess the Body Fat %. Department Of Physical Education & Sports of Hutatma Rajguru Mahavidyalaya, Rajgurunagar was organized **Body Fat Assessment Program for the staff** on 8 April 2022 After 9:30 am onwords. 85 peoples of the college assess the fat %.

(Prof.Pratima Lonari)
Director of Physical Education & Sports
Director of Phy. Edn.
H. R. Mahavidyalaya.
Rajgurunagar,Pune.

(Dr. V.D.Kulkarni)
Principal
Officiating Principal
Hutatma Rajguru Mahavidyalaya
(Arts, Science & Commerce)
Rajgurunagar,Tal.Khed,Dist.Pune.

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA ★ RAJGURU NAGAR

खे . ता . शि . प्र . मंडळाचे

हुतात्मा राजगुरू महाविद्यालय, राजगुरूनगर

ता . खेड, जि . पुणे

दिनांक- १० मार्च,२०२२

सूचना

महाविद्यालयातील सर्व प्राध्यापक व प्राध्यापकेतर कर्मचारी यांना सुचीत करण्यात येते की, जीवन कौशल्य समिती (आरोग्य) व हर्बल लाईफ, राजगुरूनगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने एक दिवशीय आरोग्य तपासणी शिबीराचे शुकवार दि . ८ एप्रिल, २०२२ रोजी सकाळी ९:३० ते दुपारी २:३० पर्यंत आयोजन क्रीडा विभागात केले आहे .

सदर आरोग्य तपासणी शिबीराचा सर्वांनी लाभ घ्यावा .

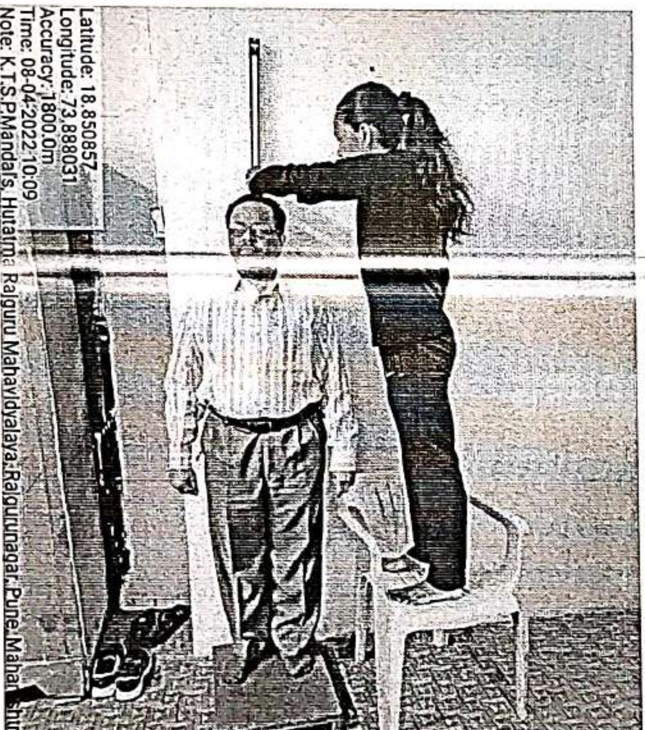
(प्रा . प्रतिमा लोणारी)
जीवन कौशल्य समिती प्रमुख (आरोग्य)

(डॉ . व्ही . डी . कुलकर्णी)
प्राचार्य

Officiating Principal
Hutatma Rajguru Mahavidyalaya
(Arts, Science & Commerce)
Rajgurunagar,Tal.Khed,Dist.Pune

Notice of Body Fat Assessment

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA
RAJGURU NAGAR



Body Fat Assessment Photos

Body Fat Assessment Record dated 8 April 2022

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA RAJGURU NAGAR

क्रीडा विभाग, व आरोग्य जीवन कौशल्य समिती, यांच्या संयुक्त विद्यमाने आयोजित
व हर्बल लाईफ, रा.नगर

8/04/2022

आरोग्य तपासणी शिबीर

Sr No	Name	Age	Height	1 Weight	2 Body fat %	8 Skeletal Muscle (WSF)	9 Muscle Mass Trunk (TSF)	Physique Rating	5 BMR	3 Metabolic Age	10 Trunk Bone Mass Skeletal Muscle	6 Visceral fat	4 BMI	7 Whole body Subcutaneous	Report	Sign
1)	श्री कुलकर्णी एस.जी.	56	163	77.50	34.00		17.40		1649	65		18+	29.70	21.50		
2)	डॉ. संजय सिंग	42	179	73.1	24.7	31.4	15.2		1644	45	24.2		24.1			
3)	प्रा. ए.पी. कुलकर्णी	35	162	68.10	32.80	25.30	25.40		1388	47	19.10	7 4	25.90	29.50		
4)	दिघे अंजली राहुल	24	163	46.60	24.90	27.90	16.00		1083	18	23.60	1	17.50	19.50		
5)	Dr. Jadhav S.P.	36	145	54.9	35.8	22.1	27.5		1169	47	17	8	26.1	31.2		
6)	Dhokte S.M.	24	162	50.7	22.5	28.9	15.1		1158	20	24.1	2	19.3	19.6		
7)	Poonam Tarte	31	157	60.50	34.20	23.80	25.70		1160	47	18.30	6	24.53	29.20		
8)	D.J. Nangore	41	164	66.70	24.50	30.40	15.70		1527	45	23.60	10	24.60	17.00		
9)	D.B. Gaikwad	43	170	55.40	29.40	29.10	19.26		1810	57	21.30	16	29.60	2090		
10)	S.M. Gile	44	173	85.04	30.02	28.09	19.04		1806	57	20.08	15	28.05	21.01		
11)	R.D. Gaikwad	38	179	84.30	26.10	31.50	16.60		1821	49	23.90	12	26.30	13.30		
12)	D.L. Takalkar	33	187	72.20	21.60	34.70	12.60		1656	32	27.30	5	20.60	14.60		
13)	S.S. Dhore	31	162	61.30	25.00	30.90	15.20		1450	36	23.80	8	23.04	17.10		
14)	D.F. Kad	34	157	56.8	34.00	23.09	24.03		1105	42	18.08	5	23.00	21.00		
15)	Gore Santosh	48	164	71.5	27.00	29.01	17.01		1598	53	21.09	13	26.06	15.09		
16)	Ravindra Raut	47	164	60.3	26.04	29.04	15.07		1423	44	22.02	8	22.04	17.08		
17)	Mulyk Santosh	46	160	71.90	30.00	27.60	19.10		1580	56	19.90	15	28.10	21.00		
18)	Shinde Narayan M.	53	167	79.02	29.02	28.04	18.08		1708	60	20.07	17	28.04	20.05		
19)	[illegible]	47	169	68.90	26.80	29.07	16.40		1561	48	22.40	10	24.10	18.30		
20)	Bobade Y.V.	38	168	69.04	29.10	29.50	17.80		1561	46	21.60	10	24.60	19.80		
21)	[illegible]	53	164	67.00	29.30	27.70	18.20		1510	5400	20.00	12	24.90	20.30		
22)	सुमित सिंह यादव	41	173	75.0	26.0	30.08	16.02		1667	47	23.05	10	25.01	18.00		
23)	खराडे मानसी किरण	32	162	48.0	30.07	25.05	20.03		1080	28	21.01	2	18.03	23.00		
24)	सुरज मनोज भोगाडे	25	163	45.50	14.10	36.00	17.6		1236	18	30.80	1	17.10	9.40		
25)	हर्षी राजेंद्र दाढे	29	161	50.30	23.00	28.50	15.60		1148	24	23.60	2	19.40	19.90		
26	Sayali J. Kulkarni	26	158	63.50	33.80	24.40	25.80		1309	40	18.90	6	25.40	29.70		
27	Varsha D. Dhumale	26	161	48.60	26.00	27.03	17.03		1112	22	22.08	2	18.08	20.9		
28	Pawar Rupali Y.	30	154	56.30	30.50	25.20	22.70		1213	98	19.99	5	23.70	26.80		
29	Potawade Natan D.	25	160	63.00	32.80	24.90	24.70		1304	38	19.50	5	24.50	23.05		
30	Muluk Dilip S.	44	166	71.3	25.9	29.5	16.9		1597	50	22.2	12	25.9	18.7		
31)	Kirti Nitnaware	39	143	55.00	33.70	22.90	26.40		1172	49	17.40	9	26.80	30.69		
32)	Naikare S.S.	24	151	47.40	25.60	26.70	18.00		1090	25.00	22.10	3	20.80	22.20		
33)	Mali M.A.	37	158	41.60	24.10	27.00	15.00		1002	22	22.70	1	16.70	18.50		

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA ★ RAJGURU NAGAR

Sr. No	Name	Age	Height	1 Weight	2 Body fat %	Body Water % WSF	3 Muscle Mass TSF	Physique Rating	BMR	3 Metabolic Age	10 Bone Mass TSM	6 Visceral fat	4 BMI	7 Whole body subcutaneous fat	Report	Sign
34	Gaikwad Maya Vinayak	28	164	54.9	26.4	27.5	18.3		2702	28	22.09	2	20.02	22.02		
35	Sudi Madhukar Wadiya	37	153	33.40	25.70	26.40	17.80		1688	33	21.50	3	20.20	21.30		
36	Pooja Haribhau Rakshe	31	156	49.6	33.10	24.10	23.11	11.11	1033	34	19.60	3	20.60	25.80		
37	Bathe Shmela Parthagrathi	33	156	43.8	25.4	26.5	16.3		1034	29	22.0	2	18.0	19.9		
38	[illegible]	36	164	77.80	19.50	33.50	13.10		1668	43	27.40	12	27.10	14.30		
39	Prabhakar Rajaram [illegible]	34	163	76.00	24.30	30.90	15.60		1694	44	24.00	11	26.40	17.20		
40	Nita Dilip Dongare	33	151	60.00	40.04	21.01	30.07		1219	48	16.02	8	26.02	33.05		
41	Sonal Navnath Mande	29	160	46.75	24.02	27.07	15.03		1081	22	23.02	2	18.01	19.06		
42	Vidya M. Bhujade	35	152	69.60	34.00	23.70	26.10		1246	46	18.30	7	25.50	30.00		
43	Rahila S. Momin	23	154	51.60	31.20	25.00	22.30		1137	29	22.50	3	21.80	25.70		
44	Meena B. Sarolkar	57	165	86.30	40.90	32.10	33.76		1614	74	14.70	15+	31.70	37.80		
45	Malti M. Shelar	36	150	43.80	25.90	25.80	17.60		1029	30	21.30	3	19.50	21.40		
46	Anita S. Bhosale	17	154	40.30	17.90	29.70	10.90		1001	18	25.80	1	17.00	15.60		
47	Dure Suryamala D.	31	155	65.70	37.30	22.60	29.10		1324	48	17.10	8	27.30	32.30		
48	Lahane Pritam [illegible]	42	172	73.5	24.9	31.01	15.05		1648	47	24.06	10	24.8	17.03		
49	Dr. H.M. Jare	62	167	65.03	29.05	27.04	17.07		1453	57	19.09	11	23.04	19.09		
50	S.T. Pacharne	66	172	76.04	27.04	29.02	17.02		1679	59	21.08	14+	25.09	19.00		
51	T.B. Vehale	28	158.5	65	25.70	30.30	16.00		1509	40	23.30	11	26.10	17.70		
52	Sonali Prasad Takale	27	156	44.46	26.30	26.60	17.30		1841	21	22.40	2	18.20	20.70		
53	Kajal D. Gabale	26	160	56.9	22.9	26.3	20.9		1230	33	21.1	4	22.2	24.09		
54	Shashi Mulay	55	165	81.30	32.50	26.70	21.00		1718	65	18.50	13+	29.30	22.50		
55	Rahul S. Pawar	25	167	72.50	27.00	30.90	[illegible]		1625	40	23.20	10	26	13.80		
56	Farida R Shaikh	22	161	43	20.50	29.10	12.80		1038	18	25.10	1	16.60	16.30		
57	Auti Komal Rajendra	21	170.5	48.6	23.00	29.20	19.20		1116	18	24.90	1	16.50	17.90		
58	Bhakse Umesh Chandra	35	177	67.6	21.5	33.4	12.8		1576	34	26.7	6	21.6	14.6		
59	Sabale Abhijeet Jaysing	27	175	73.4	21.5	28.4	21.5		1501	37	21.5	4	25.0	26.0		
60	Borud Shashikant Laxman	27	176.5	54.9	15.6	36.6	8.5		1395	18	30.8	2	17.6	10.4		
61	Suryawanshi Madhuri	30	155	60.9	33.0	24.4	25.2		1272	46	18.9	6	25.3	23.2		
62	Bhujbal Aarti	29	158	63.1	35.3	23.9	27.9		1388	46	18.0	8	27.7	32.0		
63	Pokharkar Komal	21	163	55.4	22.70	29.50	15.80		1230	21	24.20	2	20.50	20.50		
64	Pathan Saroj	23	160	71.90	34.70	29.50	27.70		1435	43	18.56	8	28.10	32.00		
65	Chaudhari Pragati	21	155	40.40	17.90	29.70	10.80		1003	18	25.70	1	16.50	15.50		
66	Kolhe Manisha	34	153	69.02	34.07	24.2	28.01		1393	50	17.9	16	28.8	32.6		
67	Dalvi Vilas	29	165	61.40	29.33	33.40	11.40		1479	51	27.80	7	22.66	13.40		

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA ★
RAJGURU NAGAR

Sr. No.	Name	Age	Height	Weight	Body fat %	Metabolic Age	BMI	BMR	Visceral fat	Whole body Subcutaneous fat	Body water % WSF	Muscle Mass TSF	TSM	Sign
68)	Goggwale Jayashree	25	155	41.80	51.00	27	20.10	1086	3	24.40	25.10	21.30	20.80	[signature]
69	Borse Neha	25	155	72.6	35.20	46	30.20	1442	10	33.80	24.20	29.10	17.80	[signature]
70	Borhade Sujata P.	30	160	65.70	34.3	44	25.8	1347	7	30.2	24.3	26.4	18.6	[signature]
71	Aachana Sandbhor	29	159	83.4	39.2	54	33.0	1581	14	37.9	22.6	33.1	15.9	[signature]
72	Arti A. Dudhe	29	162	64.0	31.7	40	24.4	1379	5	27.9	25.5	25.9	19.8	[signature]
73	Walunj K. A.	24	145	36.4	33.2	31	22.1	1047	4	26.9	23.4	23.8	19.1	[signature]
74	Shinde K. D.	39	149	52.20	32.20	43	23.10	1123	5	27.20	23.60	23.60	18.60	[signature]
75	Shaikh Afsana	27	156	44.8	28.70	23	18.40	1040	2	22	25.90	19.00	21.70	[signature]
76	Sipali Katore	52	160	61.60	32.80	42	24.10	1285	5	28.20	24.70	24.50	19.20	[signature]
77	Pooja Nawale	28	164	60.00	34.60	3.7	22.10	1247	4	27.70	24.30	24.40	19.40	[signature]
78	Gadse Shraddha	20	161	48.8	19.6	18	18.8	1138	1	17.8	30.1	12.9	25.4	[signature]
79	Awari pooja	21	153	35.8	22.4	18	15.3	916	1	16.6	28.0	13.2	24.5	[signature]
80	momin samina	21	145	42.2	28.1	21	20.1	999	2	22.9	25.5	19.4	21.1	[signature]
81	Thorat Sandeep Ramesh	34	170.5	87.66	30.30	54	36.10	1842	16	21.50	29.20	19.80	21.00	[signature]
82)	Aroti manoj mali	18	154.5	42.9	16.7	18	18.1	1048	1	15.7	30.9	10.6	26.1	[signature]
83)	Sachin arjun Zaware	33	168	71.7	24.3	42	25.4	1623	10	17.0	31.5	15.3	24.4	[signature]
84)	Omkar B. Bhaskar	27	161	69.0	26.4	41	26.6	1567	11	18.5	30.3	16.8	23.0	[signature]
85)	Harshad B. Patole	31	174	80.7	27.9	46	26.2	1252	11	19.4	30.7	17.6	22.8	[signature]
86)	~~Dr. S. V. Thorat~~	~~34~~	~~173~~											
87)	~~Raut Pradnya~~													

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA ★
RAJGURU NAGAR

राजगुरु महाविद्यालयात आरोग्य तपासणी

राजगुरूनगर, दि. १२ (प्रतिनिधी) - हुतात्मा राजगुरू महाविद्यालयातील क्रीडा विभाग, आरोग्य जीवन कौशल्य समिती व हर्बल लाईफ राजगुरुनगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने प्राध्यापक व प्रशासकीय कर्मचाऱ्यांसाठी एकदिवसीय आरोग्य तपासणी शिबिराचे आयोजन करण्यात आले.

कार्यक्रमाचे उद्घाटन खेड तालुका शिक्षण प्रसारक मंडळाचे उपाध्यक्ष प्रतापराव टाकळकर यांच्या हस्ते झाले. याप्रसंगी आरोग्य तपासणी शिबिराचे मार्गदर्शक रमेश शिंदे, सविता भावसार, महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. व्ही. डी. कुलकर्णी, साहेबरावजी बुट्टेपाटील महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. एच. एम. जरे, उपप्राचार्य डॉ. संजय शिंदे, प्रा. एस. एन. टाकळकर आदी उपस्थित होते. या आरोग्य शिबिरात शरिरातील एकूण चरबी, पोटाची चरबी, बॉडी मास इंडेक्स, शरिरातील अवयवांचे वय, एकूण स्नायूंचे प्रमाण, मानेपासून कंबरेपर्यंतची चरबी, हात व पायाचे स्नायूंचे, चरबीचे प्रमाण, रेस्टिंग मेटाबॉलिजम यांचे मापन करण्यात आले.

प्रभात Wed, 13 April 2022 https://epaper.eprabhat.net/c

Prabhat Paper News dated 13th April 2022

राजगुरू महाविद्यालयात आरोग्य शिबिर

राजगुरुनगर : हुतात्मा राजगुरू महाविद्यालयातील क्रीडा विभाग, आरोग्य जीवन कौशल्य समिती व हर्बल लाईफ राजगुरुनगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने प्राध्यापक व प्रशासकीय कर्मचाऱ्यांसाठी एकदिवसीय आरोग्य तपासणी शिबिराचे आयोजन करण्यात आले. कार्यक्रमाचे उद्घाटन खेड तालुका शिक्षण प्रसारक मंडळाचे उपाध्यक्ष प्रतापराव टाकळकर यांच्या हस्ते झाले. याप्रसंगी रमेश शिंदे, सविता भावसार, प्राचार्य डॉ. व्ही. डी. कुलकर्णी, प्राचार्य डॉ.एच. एम. जरे, उपप्राचार्य डॉ. संजय शिंदे, प्रा. एस. एन. टाकळकर आदी उपस्थित होते. हर्बल लाईफचे मार्गदर्शक रमेश शिंदे व सविता भावसार यांनी शिबिरामध्ये सहभागी झालेल्या प्रत्येकाला आहार कसा व कोणता घेतला पाहिजे, व्यायामाचे महत्त्व व आरोग्य तपासणीमध्ये दाखविलेल्या मापदंडाविषयी माहिती दिली. आरोग्याविषयीची जागृती प्रत्येकाने ठेवायला हवी, असे आवाहन रमेश शिंदे यांनी केले. या शिबिरामध्ये महाविद्यालयातील सुमारे ८५ कर्मचाऱ्यांनी सहभाग नोंदविला. कार्यक्रमाचे आयोजन प्रा. प्रतिमा लोणारी यांनी केले. आभार प्रा. योगेश मोहिते यांनी मानले.

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA RAJGURU NAGAR

लोकमत

राजगुरू महाविद्यालय आरोग्य तपासणी

लोकमत न्यूज नेटवर्क

राजगुरुनगर : हुतात्मा राजगुरू महाविद्यालयातील क्रीडा विभाग, आरोग्य जीवन कौशल्य समिती व हर्बल लाईफ राजगुरुनगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने प्राध्यापक व प्रशासकीय कर्मचाऱ्यांसाठी एकदिवसीय आरोग्य तपासणी शिबिराचे आयोजन करण्यात आले.

कार्यक्रमाचे उद्घाटन खेड तालुका शिक्षण प्रसारक मंडळाचे उपाध्यक्ष प्रतापराव टाकळकर यांच्या हस्ते झाले. याप्रसंगी आरोग्य तपासणी शिबिराचे मार्गदर्शक रमेश शिंदे, सविता भावसार, महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. व्ही. डी. कुलकर्णी, [illegible] महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. एच. एम. जरे, उपप्राचार्य डॉ. संजय शिंदे, प्रा. एस. एन. टाकळकर आदी उपस्थित होते.

या आरोग्य शिबिरात शरीरातील एकूण चरबी, पोटाची चरबी, बॉडी मास इंडेक्स, शरीरातील अवयवांचे वय, एकूण स्नायूंचे प्रमाण, मानेपासून कंबरेपर्यंतची चरबी, हात व पायातील स्नायूंचे, चरबीचे प्रमाण, रेस्टिंग मेटाबॉलिजम यांचे मापन करण्यात आले.

हर्बल लाईफचे मार्गदर्शक रमेश शिंदे व सविता भावसार यांनी शिबिरात सहभागी झालेल्या प्रत्येकाला आहार कसा व कोणता घेतला पाहिजे, व्यायामाचे महत्त्व व आरोग्य तपासणीमध्ये दाखविलेल्या मापदंडाविषयी माहिती दिली.

या प्रसंगी बोलताना रमेश शिंदे म्हणाले की प्रत्येकाने आपापले शरीर निरोगी व संतुलित ठेवण्यासाठी संतुलित आहार व नियमित व्यायामाची सांगड घातली पाहिजे. विशिष्ट कालावधीनंतर आरोग्य तपासणी [illegible] आवश्यक आहे. आरोग्याविषयीची जागृती प्रत्येकाने ठेवायला हवी असे आवाहन रमेश शिंदे यांनी केले.

या शिबिरात महाविद्यालयातील सुमारे ८५ कर्मचाऱ्यांनी सहभाग नोंदविला. प्रा. प्रतिमा लोणारी यांनी सूत्रसंचालन केले. प्रा. योगेश मोहिते यांनी आभार मानले.

Hello Pune Gramin
Page No. 7 Apr 13, 2022
Powered by: erelego.com

HUTATMA RAJGURU MAHAVIDYALAYA RAJGURU NAGAR

Lokmat Paper News dated 13th April 2022