

Physical Education Backlog Exam

For SY & TY Students Only

As per SPPU guideline, the college is conducting an online exam for assessment of Physical Education Backlog Exam. You are hereby requested to submit the PDF/JPE/JPEG file (Seat number as file name) on <https://forms.gle/Xqf6Kjcs7UEP7erB9> link, as per [sample format](#) for the submission given on College Website.

You are expected to submit a Single page pdf/JPE/JPEG file which will include your **own photos** of the final position of the asana of your choice. Two asanas will be from standing position, 1 asana each from sitting, supine and prone position. [List of Asana](#) is as follows;

[List of Asana for PE Exam](#)

Standing Position	Sitting Position	Prone Position	Supine Position
Vrikshasana	Vakrasana	Salabhasana	Pawanmuktasana
Trikonasana	Ushtrasana	Bhujangasana	Setubandhasana
Padahastasana	Uttan Mandukasana	Dhanurasana	Halasana
Chakrasana- sideward			
Tadasana			

Last date of submission will be 05/06/2021 before 5.00 pm.

(Dr. Deepak Shendkar)

(Dr. Ravindra Kshirsagar)

(Dr. Sanjay Kharat)

शारीरिक शिक्षण बॅकलॉग परीक्षा द्वितीय व तृतीय वर्ष विद्यार्थ्यांसाठी फक्त

सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठाच्या सूचनेनुसार महाविद्यालय शारीरिक शिक्षण अनिवार्य क्रेडीट परीक्षा घेत आहे. विद्यार्थ्यांनी स्वतःचे आसनाच्या शेवटच्या स्थितीतील फोटो काढून दिलेल्या नमुन्यानुसार ([sample format](#)) PDF/JPE/JPEG file तयार करून <https://forms.gle/Xqf6Kjcs7UEP7erB9> या लिंकवर दिनांक 3 जून २०२१, सायंकाळी ५ वाजण्यापूर्वी पाठवून द्याव्यात. एकूण पाच आसनांचे फोटो तुम्हाला उपलोड करावयाचे असून त्यामध्ये यादीत दिलेल्या आसना पैकी ([List of Asana for PE Exam](#)) उभ्या स्थितीतील दोन आसने, व पाठीवर झोपलेल्या स्थितीतील, बसलेल्या स्थितीतील, व पोटावर झोपलेल्या स्थितीतील प्रत्येकी एक आसन असणे अनिवार्य आहे.

Standing Position	Sitting Position	Prone Position	Supine Position
Vrikshasana	Vakrasana	Salabhasana	Pawanmuktasana
Trikonasana	Ushtrasana	Bhujangasana	Setubandhasana
Padahastasana	Uttan Mandukasana	Dhanurasana	Halasana
Chakrasana- sideward			
Tadasana			

Last date of submission will be 05/06/2021 before 5.00 pm.

(Dr. Deepak Shendkar)

(Dr. Ravindra Kshirsagar)

(Dr. Sanjay Kharat)