

टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे
बी. ए. – (विशारद) योग
तृतीय वर्ष – सत्र ६वे
गृहपाठ प्रश्नपत्रिका – योग प्रात्यक्षिक (लेखी)

- प्र.१. आकर्ण धनुरासन प्र १ व प्र.२ स्पष्ट करा. (१० गुण)
- प्र.२. टीपा लिहा. (कोणत्याही दोन) (१० गुण)
- अ) धनुरासन
- ब) उष्ट्रासन
- क) भ्रामरी प्राणायाम
- प्र.३. भस्त्रिका म्हणजे काय ते सांगून भस्त्रिका प्राणायाम थोडक्यात स्पष्ट करा. (१० गुण)
- प्र.४. वृक्षासन आकृतीसह स्पष्ट करा. (१० गुण)
