



**Savitribai Phule Pune University**

(formerly University of Pune)

**Department of Physical Education**

Academic Year 2020-21

**M.A. Yoga**

**Entrance Test Syllabus**

## Entrance Test Syllabus

**Section – I :- General Knowledge** **20 marks**

- ❖ Recent General Knowledge
- ❖ Sports and Competitions

**Section – II :- Yoga** **80 marks**

- ❖ Patanjala Yoga Sutra of Maharshi Patanjali
- ❖ Hathapradipika of Svastmaram
- ❖ Ashtanga Yoga of Maharshi Patanjali
- ❖ Information of Saints from Maharashtra / India
- ❖ Techniques of Hatha Yoga
  - Such as Asana, Pranayama, Bandha-Mudra, Shuddhi Kriya, Meditation
- ❖ General information of Bhagawad Geeta
- ❖ Information of Modern Yogi's
- ❖ Abstract information of Vedas, Upanishads and Philosophical Systems
- ❖ Simple Anatomy and Physiology

### प्रवेश परीक्षा अभ्यासक्रम

**भाग – I :- सामान्य ज्ञान** **२० गुण**

- ❖ सद्यकाळाचे सामान्य ज्ञान
- ❖ खेळ व स्पर्धा

**भाग – II :- योगा** **८० गुण**

- ❖ महर्षी पतंजली यांचे पातंजल योग सुत्र
- ❖ स्वात्माराम यांची हठप्रदिपिका
- ❖ महर्षी पतंजलींचा अष्टांग योग
- ❖ भारतातील आणि महाराष्ट्रातील संत
- ❖ हठ योगातील कौशल्ये
  - उदा. आसन, प्राणायाम, बंध-मुद्रा, शुद्धीक्रिया, ध्यान
- ❖ भगवद् गीते बद्दल सामान्य ज्ञान
- ❖ आधुनिक काळातील योगी
- ❖ वेद, उपनिषद आणि भारतीय तत्वज्ञान यांची थोडक्यात ओळख
- ❖ शरीर विज्ञानशास्त्र याची सामान्य माहिती