

# “सीएसएमएसएस – फिट है तो हिट है” उपक्रम उत्साहात पार, फिटनेस मोहीमेची ऊर्जा; शेकडो विद्यार्थी सहभागी

छत्रपती संभाजीनगर | २७ नोव्हेंबर २०२५



छत्रपती संभाजीनगर | २७ नोव्हेंबर २०२५

केंद्र शासनाच्या, AICTE, UGC, विद्यापीठ तसेच NEP - २०२० च्या मार्गदर्शक तत्वानुसार विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास (Holistic Development) होण्यासाठी कांचनवाडी येथील सीएसएमएसएस छत्रपती शाहू कॉलेज ऑफ इंजिनिअरिंगतर्फे “सीएसएमएसएस – फिट है तो हिट है” हा नाविन्यपूर्ण आरोग्य जागरूकता उपक्रम प्रथम वर्ष अभियांत्रिकी विद्यार्थ्यांसाठी तानाजी मालुसरे क्रीडांगणावर उत्साहात पार पडला.

विद्यार्थ्यांमध्ये शारीरिक तंदुरुस्ती, मानसिक आरोग्य आणि निरोगी जीवनशैलीची सवय रुजवण्यासाठी हा कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला होता. ९५० विद्यार्थ्यांनी मैदानावर एकत्र येत “CSMISS – FIT HAI TO HIT HAI” असा मानव-आकार तयार केला. या अनोख्या क्षणाचे ड्रोनद्वारे छायाचित्रण करण्यात आले.

कार्यक्रमात योग, प्राणायाम, मैदानी कसरती आणि फिटनेसविषयी मार्गदर्शन देणारे प्रशिक्षक उपस्थित होते. तज्ञांनी नियमित व्यायाम, श्वसनक्रिया आणि तणाव कमी करण्याच्या सोप्या पद्धतींचे महत्त्व विद्यार्थ्यांना समजावून सांगितले. अभ्यासात अधिक एकाग्रता, रोगप्रतिकारक शक्ती आणि मानसिक शांतता मिळवण्यासाठी आरोग्यदायी सवयी अंगीकारण्याचे आवाहन करण्यात आले.

या प्रसंगी मान्यवर म्हणून फिटनेस ट्रेनर मा. सय्यद अदनान व टीम, मा. नवनाथ चित्रक (योगा टीचर), मा. श्रेया पाटील (ग्रुप हेड, माय एफएम ९४.३), RJ सेजल (माय एफएम ९४.३), मा. अमोल शेरकर आणि मा. सौरभ कळमनुरीकर हे उपस्थित होते.

# सीएसएमएसएस – फिट है तो हिट है



प्राचार्य मा. डॉ. गणेश डोंगरे यांनी विद्यार्थ्यांना संबोधित करताना सांगितले की, आजच्या ताणतणावाच्या काळात तरुणांनी नियमित व्यायाम, योग आणि प्राणायाम अंगीकारले तर ते केवळ शारीरिकदृष्ट्या नाही तर मानसिकदृष्ट्याही अधिक सक्षम होतील. निरोगी शरीर आणि शांत मन हेच यशाचे खरे बळ आहे.

या उपक्रमाला विद्यार्थ्यांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला. नियमित व्यायामामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये शारीरिक तसेच मानसिक आरोग्य जोपासण्यासाठी चांगली जागरूकता निर्माण झाली. महाविद्यालयामध्ये आरोग्यपूर्ण आणि सक्रिय कॅम्पस संस्कृती निर्माण करण्याचा संकल्प या कार्यक्रमातून अधिक बळकट झाला.

संस्थेचे अध्यक्ष मा. श्री. रणजितभैय्या मुळे, सचिव मा. श्री. पद्माकरराव मुळे, प्रशासकीय अधिकारी मा. डॉ. श्रीकांत देशमुख, प्राचार्य डॉ. गणेश डोंगरे, उपप्राचार्य डॉ. देवेंद्र भुयार आणि जनसंपर्क अधिकारी श्री. संजय पाटील यांनी या उपक्रमाबद्दल आयोजकांचे अभिनंदन केले.

कार्यक्रमाचे यशस्वी आयोजन श्री. विनोद दामधर, हेड इंजिनियरिंग एक्सप्लोरेशन व प्रथम वर्ष अभियांत्रिकी विभागप्रमुख डॉ. सत्यवान धोण्डगे यांनी केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डॉ. मनोज मते यांनी केले. कार्यक्रमासाठी सर्व विभागप्रमुख, प्राध्यापक वृंद व विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.



**CSMSS**

Chhatrapati Shahu Maharaj Shikshan Sanstha's  
**CHH. SHAHU COLLEGE OF ENGINEERING**

Kanchanwadi, Paithan Road, Chhatrapati Sambhajinagar 431 011  
Ph. No.: (0240) 2646373, 9922668199, 2646350 Fax: (0240) 2646222  
Website: www.csmssengg.org, Email: shahuengg@gmail.com,



Approved by AICTE New Delhi, DTE (Govt. of Maharashtra) and affiliated to Dr. BATU, Lonere (Raigad), DTE Code: 2533

**CENTER FOR ENGINEERING EXPLORATION  
ACADEMIC YEAR 2025-26**

**Date: 27-11-2025**

|  |   |
|--|---|
| <b>Name of the event:</b>              | <b>"CSMSS Fit Hai To Hit Hai"</b>   |
| <b>Date of the event &amp; Venue:</b>  | <b>27<sup>th</sup> November (Thursday) 2025 at Tanaji Malusare Sports Ground</b>  |
| <b>Participants:</b>                   | <b>All the First Year Engineering Students.</b>   |
| <b>Event Speakers &amp; Delegates:</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1) Hon. Syed Adnan (Manager Ultimate Heroes Gym, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>2) Hon. Ms. Abhilasha Mhaske (Sales UHG, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>3) Hon. Shri. Mukesh Rajput (Trainer UHG, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>4) Hon. Ms. Pooja Bankar &amp; Team (Zumba Trainer, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>5) Hon. Shri. Navnath Chitrak (YOGA Teacher, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>6) Hon. Ms. Shweta Patil (Group Head MY FM 94.3, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>7) Hon. RJ Sejal (RJ MY FM, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>8) Hon. Shri. Amol Sherkar (Regional Manager, HDFC Bank, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>9) Hon. Shri. Saurabh Kalamnurikar (Deputy Manager, HDFC Bank, Chhatrapati Sambhajinagar)</li><li>10) Hon. Shri. Sanjay Patil (PRO, CSMSS)</li><li>11) Hon. Dr. Ganesh Dongre (Principal, CSMSS CSCOE)</li><li>12) Hon. Dr. Devendra Bhuyar (Vice Principal, CSMSS CSCOE)</li><li>13) Hon. Shri. Vinod Damdhar (Head, CEE CSMSS CSCOE)</li><li>14) Hon. Dr. Satyawan Dhondge (Head First Year Engg. CSMSS CSCOE)</li></ol> |
| <b>Summary of the event:</b>           | <p>A dynamic health awareness initiative "CSMSS – FIT HAI TO HIT HAI" was organized for all first-year engineering students at CSMSS College of Engineering (CSCOE), Chhatrapati Sambhajinagar. The event aimed to promote physical fitness, mental well-being, and the importance of adopting a healthy lifestyle among young learners.</p> <p>As a part of the campaign, students enthusiastically participated in a unique formation activity, where they assembled on the sports ground to create the large human letters "CSMSS – FIT HAI TO HIT HAI". This powerful visual message was captured through a drone shot, symbolizing the unity, discipline, and commitment of engineering students toward fitness and wellness.</p>  |



## CSMSS

Chhatrapati Shahu Maharaj Shikshan Sanstha's

### CHH. SHAHU COLLEGE OF ENGINEERING

Kanchanwadi, Paithan Road, Chhatrapati Sambhajinagar 431 011

Ph. No.: (0240) 2646373, 9922668199, 2646350 Fax: (0240) 2646222

Website: www.csmssengg.org, Email: shahuengg@gmail.com,



Approved by AICTE New Delhi, DTE (Govt. of Maharashtra) and affiliated to Dr. BATU, Lonere (Raigad), DTE Code:2533

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
|                                   | <p>The event also highlighted the importance of Yoga and Pranayam in daily life. Professional Trainers addressed students on the scientific benefits of these ancient Indian practices, emphasizing their role in enhancing concentration, reducing stress, improving immunity, increasing flexibility, and achieving holistic health.</p>  |
| <b>Objectives &amp; Outcomes:</b> | <p><b>Objectives:-</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. To promote health, fitness, and an active lifestyle among first-year engineering students.</li><li>2. To create awareness about the long-term benefits of Yoga and Pranayam.</li><li>3. To motivate students to adopt daily physical exercise as a habit.</li><li>4. To encourage teamwork, coordination, and collective participation through group formation activities.</li><li>5. To cultivate awareness about mental well-being, stress management, and emotional balance.</li><li>6. To develop discipline, focus, and self-care habits in budding engineers.</li><li>7. To promote a healthy campus culture through student involvement and leadership.</li></ol> <p><b>Outcomes:-</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Students gained practical understanding of the benefits of Yoga and Pranayam for physical and mental health.</li><li>2. Enhanced awareness of lifestyle diseases and preventive health practices.</li><li>3. Improved teamwork and coordination through large-group ground formation activity.</li><li>4. Students experienced stress-relief and mindfulness through guided breathing techniques.</li><li>5. Increased interest in maintaining regular exercise routines and participating in campus fitness activities.</li><li>6. The drone formation activity created enthusiasm and strengthened unity among the students.</li><li>7. The initiative reinforced the institution's commitment to promoting a healthier and more active youth community.</li></ol> |
| <b>Conclusion:</b>                | <p>The "CSMSS – FIT HAI TO HIT HAI" event concluded with great enthusiasm and positive student engagement. The vibrant ground formation and drone capture created a memorable representation of the campaign's message. The college expresses heartfelt appreciation to all faculty members, coordinators, and students for their active participation in making this initiative impactful. The event successfully inspired students to prioritize health, fitness, and mindfulness in their everyday lives.</p>  |



**CSMSS**

Chhatrapati Shahu Maharaj Shikshan Sanstha's

**CHH. SHAHU COLLEGE OF ENGINEERING**

Kanchanwadi, Paithan Road, Chhatrapati Sambhajnagar 431 011

Ph. No.: (0240) 2646373, 9922668199, 2646350 Fax: (0240) 2646222

Website: [www.csmssengg.org](http://www.csmssengg.org), Email: [shahuengg@gmail.com](mailto:shahuengg@gmail.com),



Approved by AICTE New Delhi, DTE (Govt. of Maharashtra) and affiliated to Dr. BATU, Lonere (Raigad), DTE Code:2533

**Photographs of the event:**



*GK*

**Prof. Ganesh Kotiye**  
Prepared by

*Vinod Damdhar*

**Prof. Vinod Damdhar**  
Head CEE

*Devendra Bhuyar*

**Dr. Devendra Bhuyar**  
Vice Principal

*Ganesh Dongre*

**Dr. Ganesh Dongre**  
Principal

PRINCIPAL  
CSMSS CHH. SHAHU COLLEGE OF ENGINEERING  
Kanchanwadi, Paithan Road, Chhatrapati Sambhajnagar