औरंगाबाद के लोकमत भवन में सैफ्रॉन ग्रुप की ओर से (बाएं से) नितिन चूड़ीवाल, राजन खाड़े, सूरज मलकुमावत, प्रदीप भालेराव, सुभाष खंडारे, प्रशांत चौहान, चेतन तावरे, बापू गायकवाड़, धर्मा बोगांने, हितेश सुगंधी, अनिल मुनोत (पार्टनर), महेश लाशेटवार (पार्टनर), राहुल पटेल, मयूर पटेल, योगेश मोरे, नरेंद्र पटेल, हिम्मत पटेल, गौरव कुमार. (बाएं से नीचे बैठे हुए) हरीश वाघमारे, शेख शहनबाज, यादव गजलवार, दर्शिक पटेल.

औरंगाबाद के लोकमत भवन में औरंगाबाद फार्मा रनर्स की ओर से (बाएं से) गनेश देशमुख, प्रवीण बनकर, अक्षय घोंगदे, विवेक पाटील, राहुल हरकल, भरत कदम, अनिल नावदे, जतिन चंद्राना, चरण कोली, सौरभ निकम, रामेश्वर ताठे, गोपाल राऊत, अरविंद सोलुंके.

दो गुना फायदा चाहिए तो, सेहत का ख्याल रखकर दौड़ें

होटल रामा इंटरनेशनल के एक्जीक्यूटिव सैफ दिनकर सरदेसाई ने दी सीख

औरंगाबाद। 6 दिसंबर। लोस सेवा

दौड़ना शरीर के लिए अत्यावश्यक है, लेकिन ध्यान रखने योग्य बात यह है कि दौड़ने के समय शरीर में जल, नमक यानी ग्लूकोस की कमी होती है. इस बात को ध्यान में रखते हुए ताजे फलों का रस और सलाद लेकर ही मेहनत करें.

यह कहना है होटल रामा इंटरनेशन के मुख्य सैफ दिनकर सरदेसाई का. दिनकर सरदेसाई भारतीय टीम और नामी गिरामी खिलाड़ियों की डाइट का अनुभव रखते हैं. सरदेसाई ने कहा कि खानपान और स्वास्थ्य का बहुत बड़ा संबंध है. कब खाना, क्या खाना, कैसे खाना और क्यों खाना यह बातें समझना बेहद आवश्यक है. यह बातें न समझ पाने के कारण एक व्यक्ति थोड़ी सी ही मेहतन में स्वस्थ रहता है और दूसरा अच्छा खासा खाने और मेहनत करने के बाद भी अपने स्वास्थ्य को बरकरार नहीं रख पाता.

सेहत के लिए दौड़ते यह यह बात ध्यान में रखना आवश्यक है कि नमक, पानी और प्रोटीन की मात्रा पेट में मौजूद होनी चाहिए. फलों के रस इसके अच्छे स्त्रोत हैं जो यह सारी चीजें उपलब्ध कराते हैं. दूसरी ध्यान रखने योग्य बात है कि खानपान में समय का बेहद महत्व है. सोकर उठने के दो घंटे के भीतर पेट में कुछ भारी खाना अवश्य पहुंचना चाहिए. इससे गैस की समस्या नहीं होगी और पाचन क्रिया प्रारंभ हो जाएगी. लंबे समय बाद यदि खाना खाया जाए तो गैस की समस्या बन जाती है. लोकमत का आयोजन बेहद सराहनीय है और यह युवाओं को

स्वस्थ रहने की प्रेरणा भी देता है. उचित खान-पान और शारीरिक गतिविधि लंबे जीवन का मंत्र है.

औरंगाबाद के लोकमत भवन में नुक्कड़ दी ईट स्ट्रीट थीम केक बुटीक की ओर से (बाएं से) प्रियंका गाड़े, महेश राठौड़, संजय झोंड, रानू जाधव, पवन जाधव, राजू धनराज, विशाल देशमुख, स्मिता कुलकर्णी.

औरंगाबाद के लोकमत भवन में एमजीएम हेल्थ क्लब फिटनेस ग्रुप की ओर से (बाएं से) शीतल सालवे, रवि मोटवानी, डॉ सचिन देशमुख, राजेंद्र माहेश्वरी, माधुरी पाटील, मोनिका माहेश्वरी, रिपी छाबड़ा, इंदर छाबड़ा, डॉ जगदीश लोया, निशांत फेरवानी, रीतेश परसवानी, डॉ विनोद तोतला, मनोज घोड़के, चंद्रशेखर पाटील, आशुतोष होलानी.

व्यायाम का बेहतर जरिया

हम युवाओं ने हमेशा स्वास्थ के लिए प्रयास किया है. समाज में भी अग्रसेन जयंती पर भी खेलों का आयोजन करने की परंपरा शुरु की. युवा मंच के युवा मैराथन के लिए तैयारी कर रहे हैं और बड़ी संख्या में भाग लेंगे. बीते एक माह से सभी प्रैक्टिस कर रहे हैं और अधिक से अधिक युवाओं को इसके लिए प्रेरणा दे रहे हैं.

- आशीष अग्रवाल, पूर्व अध्यक्ष अग्रवाल युवा मंच

हम भी हैं जोश में...

Brought to you by SAFFRON LANDMARKS
Aurangabad Maha Marathon
A LOKMAT INITIATIVE 21km
17 Dec 2017
Associate Sponsor riso Ricebran Oil
Powered by DHOOT TRANSMISSION
#MahaMarathon /MahaMarathon

ग्रुप बुकिंग के लिए संपर्क करें

महामैराथन में अपना हिस्सा जल्द से जल्द निश्चित करें. इसके लिए पंजीयन लोकमत भवन, रीगल लॉन, जालना रोड में सुबह ग्यारह बजे से शाम पांच बजे तक कराया जा सकता है. स्पर्धा में स्कूल, महाविद्यालय, कंपनी के कर्मचारी, रनर्स ग्रुप भी एकत्रित रूप से पंजीयन करा सकते हैं. मैराथन में पंजीयन कर अधिक से अधिक धावक, नागरिक भाग लें.

स्पर्धा
- Half Marathon - 21 Kms
- Power Run - 10 Kms
- Fun Run - 5 Kms
- Family Run - 3 Kms

अधिक जानकारी व ग्रुप बुकिंग के लिए 9921030700, 0240-3021708 नंबर पर संपर्क किया जा सकता है. महामैराथन में पंजीयन ऑनलाइन भी किया जा सकता है. इसके लिए धावक www.mahamarathon.com वेब लिंक पर जाएं.

59 उम्मीदवारों के भाग्य का होगा फैसला

विवि स्नातक सीनेट चुनाव की आज मतगणना

औरंगाबाद। 6 दिसंबर। लोस सेवा

डॉ बाबासाहब आंबेडकर मराठवाड़ा विश्वविद्यालय के स्नातक सीनेट चुनाव की दस सीटों के लिए मतगणना 7 दिसंबर को सुबह 8 बजे से शुरु होगी जिसमें 59 उम्मीदवारों के भविष्य फैसला होगा. इसके लिए 300 अधिकारी, कर्मचारी मतगणना काम में शामिल होने वाले है. मतगणना के लिए पुख्ता इंतजाम विवि प्रशासन ने किए है. इस बीच बुधवार को ही उम्मीदवार और उनके दो प्रतिनिधियों को विवि के चुनाव निर्णय कार्यालय ने पहचान पत्र प्रदान किए.

विवि की चुनाव निर्णय अधिकारी तथा कुलसचिव डॉ साधना पांडे ने बताया कि विवि के स्नातक सीनेट की दस सीटों के लिए सोमवार 4 दिसंबर को सुबह 8 से 5 बजे के बीच मतदान हुआ था. इसके लिए चार जिलो में 56 मतदान केंद्र व कुल 83 बूथ रखे गए थे. इस चुनाव में औसतन 58.21 प्रतिशत मतदान हुआ. एक बूथ पर कम से कम 500 मतदाताओं की संख्या रखीं गई थी. स्नातक सीनेट चुनाव में पांच सीटें ओपन कैटेगरी से अन्य पांच सीटें आरक्षित कैटेगरी की है. इस चुनाव के लिए कुल 29008 मतदाता थे. इस चुनाव में कैटेगरी वाईज अलग अलग रंग की मतपत्रिका का प्रयोग किया गया.

मतगणना विवि के खेल विभाग के जिम्नास्टिक हॉल में होने वाली है. यहां पर 25 टेबलों पर वोटों की गिनती होगी. 16 कैमरों की मतगणना पर नजर होगी. मतगणना के दौरान बिजली की आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए जनरेटर की व्यवस्था की गई है. इसके लिए विवि ने महावितरण कार्यालय के साथ पत्र व्यवहार किया है. स्ट्रांगरुम में सभी मतपेटी कड़े बंदोबस्त में रखी गई थीं, जिसके लिए पुलिस और विवि की सुरक्षा टीम तैनात की गई थी.

स्नातक सीनेट ओपन कैटेगरी में सर्वाधिक 33 उम्मीदवार चुनाव मैदान में है. उसके बाद अनुसूचित जाति कैटेगरी से 9 उम्मीदवार, अनुसूचित जाति कैटेगरी से 3 उम्मीदवार, एनटी कैटेगरी से 5 उम्मीदवार, ओबीसी कैटेगरी से 4 उम्मीदवार, महिला कैटेगरी से 5 उम्मीदवार चुनाव मैदान में अपना भाग्य अजमा रहे हैं.

इस चुनाव में विधायक सतीश चव्हाण समर्थित उत्कर्ष पैनल, 'अभाविप' समर्थित विवि विकास मंच, विभिन्न विद्यार्थी संगठन के नेताओं का स्नातक परिवर्तन मोर्चा, मराठवाड़ा संघर्ष समिति ने विवि बचाव पैनल और युवा सेना व भारतीय विद्यार्थी सेना ने शिवशाही पैनल खड़ा किया है. कई निर्दलीय अपना नसीब आजमा रहे है. आरक्षित कैटेगरी के उम्मीदवारों में कड़ी टक्कर होने के असर है.

इस चुनाव में चार जिलों में कुल 29 हजार 8 मतदाता थे, जिसमें 16 हजार 885 मतदाताओं ने अपने मताधिकार का प्रयोग किया था. कुल 58.21 प्रतिशत मतदान हुआ है.

Govt Reg.No.7342
पेन केअर इंस्टीट्युट
ऑर्थोपेडीक सर्जन द्वारे सल्ला व उपचार
सांधेवात, गुडघेदुखी, मान, पाठ,कंबरदुखी मायग्रेन (डोकेदुखी),फ्रोझन शोल्डर (खांदेदुखी) सायटीका, स्लिप डिस्क, टाचदुखी, टेनिस ऐल्बो हातापायात मुंग्या येणे आता अत्याधूनिक विना दुष्परिणाम बोटॉक्स इंजेक्शन उपचारा द्वारा वेदनेपासुन मुक्ती मिळवून आपण गुढघ्याचे व पाठीचे ऑपरेशन काही काळास्तव टाळू शकता.
अपना बाजार, बाफना ज्वेलर्स समोर, जालना रोड, औरंगाबाद.
9822899660, 9422713387, 9767442040
(कृपया अपॉईंटमेंट घेऊनच येणे)
सोमवार ते शुक्रवार फक्त

वृद्ध से की गाली-गलौज, युवक पर मामला दर्ज

औरंगाबाद। 6 दिसंबर। लोस सेवा

घर के सामने खड़े वृद्ध व्यक्ति को एक युवक ने बोवाजह धक्का देकर गाली गलौज की और बाद में मारपीट भी की. घटना गत सोमवार को घटी. जख्मी वृद्ध व्यक्ति प्रभाकर (६५, मिसारवाडी) के साथ मारपीट करने वाले बाबासाहब वाहूल के लड़के के खिलाफ सिडको पुलिस थाने में मामला दर्ज किया गया है.

दूसरे के नाम की गई विदेश में रहने वाले दंपति की संपत्ति

औरंगाबाद। 6 दिसंबर। लोस सेवा

सिडको प्रशासन के कुछ अधिकारियों द्वारा विदेश में रहने वाले दंपति की संपत्ति एन-4 के राजेश बंग के नाम पर किए जाने की शिकायत की गई है. अमेरिका निवासी वत्सला गुणाले के माध्यम से नितिन इंद्राले ने सिडको मुख्य प्रशासक से यह शिकायत की है.

फर्जी हस्ताक्षर के सहारे लीजडीड, नो-ड्यूज, इसार रसीद, भूखंड हस्तांतरण के लिए संयुक्त अर्जी सिडको प्रशासन में पेश किए गए. मूल रुप से गुणाले दंपति सिडको कार्यालय में गए ही नहीं,फिर उनके हस्ताक्षर किए किसने, ऐसा सवाल इंद्राले ने किया

फर्जी हस्ताक्षर कर हुआ हेर-फेर,सिडको प्रशासन से की गई शिकायत

है. इस मामले में दोषी अधिकारियों की तहकीकात कर उन पर कार्रवाई करने की मांग की गई है. इस मामले की खासियत सुकेशिनी येरमे और राजेश माटे द्वारा की गई धोखाधड़ी में छिपी है. दोनों ने गुणाले दंपति की एन-4 स्थित संपत्ति जीपीए के आधार पर बंग को बेच दी. बाजार में एन-3 परिसर की संपत्ति का भाव करोड़ों में होने के दौरान कुछ ही लाख रुपयों में यह राजेश बंग ने खरीदी है. वर्तमान में इस संपत्ति को पुलिस ने तहकीकात के चलते सील की है. सिडको के तत्कालीन प्रशासक, मालमत्ता अधिकारी, क्लर्क व अधिकारियों ने संबंधित संपत्ति हस्तांतरण मामले में हस्ताक्षर किए हैं.

वत्सला गुणाले के माध्यम से इंद्राले द्वारा दी हुई शिकायत में कहा गया है कि सिडको कार्यालय में लीज डीड व हस्तांतरण सहित अन्य सभी प्रक्रिया करने के लिए मैंने कभी भी अर्जी नहीं दी है. लीज डीड करने के लिए मेरे नाम से जो पत्राचार किया गया है वह प्रत्यक्ष रुप में किससे किया गया. उसकी रसीद ली है क्या, मूल मालिक का दस्तावेज प्राप्त होने के लिए कौन सी सावधानी बरती गई. सिडको के अधिकारियों ने हमारे विदेश में रहने का अनुचित फायदा उठाते हुए सभी नियमों का उल्लंघन किया है. मेरे नाम का भूखंड निर्माण कार्य सहित धोखाधड़ी कर परस्पर राजेश बंग के नाम से हस्तांतरित करवाया गया है.

एनआरआई कानून का उल्लंघन

विदेश में रहनेवाले (एनआरआई) संपत्ति का हस्तांतरण, खरीदी-बिक्री की कानूनी नियमावली है. सिडको ने गुणाले और बंग में परस्पर संपत्ति हस्तांतरित करने के दौरान एनआरआई संपत्ति नियमों का उल्लंघन किया है. गत 6 फरवरी 2015 से 22 अगस्त 2016 तक सिडको कार्यालय के पंजीयन में वत्सला गुणाले, शिवाजी गुणाले ने किसी भी प्रकार की अर्जी नहीं दी है. फिर भी वहां के अधिकारियों ने उनकी संपत्ति का हस्तांतरण फर्जी हस्ताक्षर के सहयोग से करवाया. इस मामले के दोषी अधिकारियों पर कार्रवाई करने की मांग शिकायतकर्ताओं ने की है.

आता प्रथमच सेक्स समस्यांवर अत्याधुनिक विदेशात प्रचलित लेझर व व्हॅक्युम थेरेपी उपचार
विवाहापुर्वी व विवाहानंतर समस्यांसाठी एम.बी.बी.,एस.एम.डी. डॉक्टरांचा सल्ला
हस्तमैथुन, स्वप्नदोष, विर्यदोष, शिघ्रपतन, इंद्रीय शिथिलता, पुरुष वंधत्व
हायपोगोनॅडिझममुळे इंद्रीय समस्या, मधुमेहामुळे आलेली लैंगिक शिथीलता
ऑलीगोस्पर्मीया : शुक्रजंतुची संख्या कमी असणे. ॲझुस्पर्मीया: शुक्रजंतुची संख्या अजीबात नसणे.
आशाकिरण क्लिनीक
१९८५ पासुन शास्त्रीयोक्त मार्गदर्शन केंद्र
३८, निराला बाजार, बाटा शोरुम समोर, औरंगाबाद. वेळ - स.११ ते ३ व सायं.७ ते ९ शनिवार रविवार बंद
कृपया अनावश्यक खर्चीक व फसव्या उपचारापासुन सावध मो. 7769856821 9767132521

केस पातळ केस गळतीवर उपचार
तेलकट चेहरा, मुरुम पिंपल्स, खरबडीत चेहरा, काळे डाग सुर्यप्रकाशामुळे निस्तेज चेहरा
ग्लॉयकोलीक पिलींग थेरेपी
फी २००/- उपचार खर्च प्रति महा ९००/-

MAXIMA
HAIR & SKIN CLINIC
पहिला मजला, तापडिया सिटी सेंटर, निराला बाजार, औरंगाबाद.
वेळ – ११ ते ५ (रविवार बंद)
मो. 7757941206

क्षमता से अधिक प्रवेश, प्राचार्य और कैंपस इंचार्ज पर मामला दर्ज

औरंगाबाद। 6 दिसंबर। लोस सेवा

बी फार्मेसी कॉलेज पाठ्यक्रम में सौ विद्यार्थियों को अनुमति होने के बाद भी 19 विद्यार्थियों को चार वर्षों का अधिकतम शुल्क लेकर प्रवेश देने के मामले में अपराध शाखा ने प्राचार्य और कैंपस इन्चार्ज के खिलाफ मामला दर्ज किया है. वाईबी चव्हाण बी फार्मेसी कॉलेज के प्राचार्य जाहेद जहीर, कैंपस इंचार्ज मकदूम फारुकी की तहकीकात की जा रही है.

पुनि शिवाजी कांबले ने बताया कि चिश्ती हबीब अहमद (38) की शिकायत पर विशेषज्ञों से जानकारी ली तो पता चला कि 2016-17 के प्रथम वर्ष में फार्मसी काउंसिल ऑफ इंडिया के 100 विद्यार्थियों को प्रवेश देना अनिवार्य किया गया था, लेकिन 19 विद्यार्थियों को अवैध रुप से प्रवेश देकर उनसे चार वर्षों का अधिकतम शुल्क वसूल किया गया. इसमें तीन विद्यार्थियों का समावेश है. यह प्रक्रिया कानूनी तरीके से साबित करवाने के लिए उन्होंने डीटीई (डायरेक्टर ऑफ टेक्निकल एज्युकेशन, महाराष्ट्र शासन), डॉ बाबासाहब आंबेडकर मराठवाड़ा विवि के पीसीआई व एआयसीटीई को समय समय पर फर्जी कागजात देकर जानकारी दी. इस मामले की तहकीकात जारी रहने की जानकारी अपराध शाखा के पुनि शिवाजी कांबले ने दी है.

बीड बायपास पर मोटरसाइकिल चोरी

औरंगाबाद। 6 दिसंबर। लोस सेवा

बीड़ बायपास रोड पर एमआईटी महाविद्यालय के सामने लॉन के पास खड़ी की गई मोटर साइकिल अज्ञात चोर द्वारा चोरी करने की घटना गत रविवार को घटी. मोटरसाइकिल मालिक खुर्रम अली अमानत अली (32, शहाबाजार) ने सातारा पुलिस थाने में अज्ञात चोर के खिलाफ मामला दर्ज कराया है.

#MahaMarathon /MahaMarathon | लोकमत समाचार

Brought to you by SAFFRON LANDMARKS
Aurangabad Maha Marathon
A LOKMAT INITIATIVE 21km
17 Dec 2017
Associate Sponsor riso Ricebran Oil
Powered by DHOOT TRANSMISSION

17 दिसंबर 2017
विभागीय क्रीड़ा संकुल, सूत गिरणी चौक, गारखेड़ा, औरंगाबाद

नाम पंजीकरण www.mahamarathon.com/aurangabad पर ऑनलाइन कर सकते हैं
या मैराथन प्रवेश पत्र लोकमत भवन, जालना रोड पर उपलब्ध हैं। संपर्क : 9130239424 । फोन : 0240-3021708

T-Shirt Partner: SANDIP UNIVERSITY
Co-Sponsors: First Idea Education, SARA
In Association with: WOCKHARDT, LIFE WINS, Varroc Excellence
Food & Beverage Partner: Frut-X
Official Energy Drink Partner: Enerzal
Sporting Accommodation Partner: istay sporty
Health & Drink Partner: Vedika Care n Cure
Outdoor Partner: abhishek
Healthcare Partner: VIDEOCON SETH NANDLAL DHOOT HOSPITAL
Race Management: YOU TOO CAN RUN
Health & Fitness Partner: RELAX - ZEAL
Water Partner: COOLZY
Banking Partners: Bank of Baroda, Bank of India
Sound Partner: S.S.PRO, Northern Pro Lights
Mall Partner: PROZONE
Sports Partners