



धुनिवेशी नगरपालिका  
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय  
खानीखोला, धादिङ  
बागमती प्रदेश, नेपाल

प.सः २०७९/८०

मिति : २०७९/१०/१३

च.नः ३२३

विषय : राष्ट्रपति रनिडसिल्ड प्रतियोगिता सञ्चालन सम्बन्धमा ।

प्रस्तुत विषयमा यस धुनिवेशी नगरपालिकाले बाह्रौं नगर स्तरीय राष्ट्रपति रनिडसिल्ड प्रतियोगिता मिति २०७९/१०/२६ गते देखि २९ गते सम्म सञ्चान गर्ने भएकोले सम्पूर्ण सामुदायिक र संस्थागत आधारभूत तथा माध्यमिक विद्यालयहरूले तपसिल बमोजिमका खेलकुदका लागि तयारी गर्नुहुन अनुरोध छ ।

माध्यमिक तह (कक्षा ९-१२) अन्तरगत :

१-एथलेटिक्स

ट्रयाक तर्फ

छात्र : १००mt, २००mt, ४००mt, ८००mt, १५००mt दौड /रिले-४\*१००mt, ४\*४००mt.

छात्रा : १००mt, २००mt, ४००mt, ८००mt, १५००mt दौड /रिले-४\*१००mt, ४\*४००mt.

फिल्ड तर्फ

छात्र : हाईजम्प, लङ्गजम्प, ट्रिपल जम्प, ज्याभलिड थ्रो ८०० grm र सटपुट १२ पाउण्ड ।

छात्रा : हाईजम्प, लङ्गजम्प, ट्रिपल जम्प, ज्याभलिड थ्रो ६०० grm र सटपुट ८ पाउण्ड ।

२-भलिबल : छात्रा/छात्र (९/९ जना) ।

३-कबड्डी : छात्रा/छात्र (छात्र ६५ Kg मुनी र छात्रा ६० Kg मुनी -७/७ जना) ।

४-तेक्वान्दो : छात्र/ छात्रा दुवै ।

छात्र : ४५ केजी मुनी, ४८ केजी मुनी र ५१ केजी मुनी ।

छात्रा : ४२ केजी मुनी, ४४ केजी मुनी र ४६ केजी मुनी ।

५-करँते :

छात्र : ४२ केजी मुनी, ४७ केजी मुनी, ५२ केजी मुनी र काता एकल ।

छात्रा : ४० केजी मुनी, ४५ केजी मुनी, ५० केजी मुनी र काता एकल ।

नतिजामुखी प्रशासन : समृद्धि र सुशासन  
खानीखोला, धादिङ, फोन: ०१०-४०१०६०



धुनिवेशी नगरपालिका  
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय  
खानीखोला, धादिङ  
बागमती प्रदेश, नेपाल

६-उसु :

छात्र : Chang Quan, Nan Quan and Taiji Quan

छात्रा : Chang Quan, Nan Quan and Taiji Quan

कक्षा ६-८ सम्म सञ्चालन हुने खेलकुहर :

छात्रा : १०० मिटर, २००मिटर दौड र रिले दौड-४\*१००

छात्र : १०० मिटर, २००मिटर दौड र रिले दौड-४\*१००

नोट :

- ❖ खेलाडी विद्यार्थीको उमेर १८ (२०७९ माघ मसान्त सम्ममा) वर्ष ननाघेको हुनुपर्ने छ ।
- ❖ खेलाडी विद्यार्थीको नाम, कक्षा र जन्म मिति खुलेको फोटो सहितको पालिकाले वितरण गरेको फाराम प्र.अ.ले प्रमाणित गरी १ प्रति खेलकुद आयोजक समितिलाई बुझाउनु पर्ने छ ।
- ❖ खेलाडी सहभागी फाराम तपसिलको पायक पर्ने स्थान, मिति र समय भित्र पेस गरिसक्नुपर्ने छ । साथै म्याद नाघी आएका फाराम माथि कुनै सुनुवाई हुने छैन र विद्यार्थीले खेलमा सहभागी हुन नपाएमा विद्यालय स्वयम जिम्मेवार हुने व्यहोरा अनुरोध छ ।  
१-महेशधर्म माविमा —मिति २०७९/१०/२३ गते बेलुका ४:०० बजे भित्र ।  
२-शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखामा -२०७९/१०/२४ गते दिउँसो ३:०० बजे भित्रमा ।
- ❖ एथलेटिक्स तर्फ छात्रा/ छात्र दुवै इभेन्टसमा २ फिल्ड भए १ ट्र्याक र २ ट्र्याक भए १ फिल्ड मात्र खेलन पाउने र समुह खेलमा भाग लिने खेलाडीले व्यक्तिगत खेलमा भाग लिन पाउने छैन साथै मार्सल आर्ट खेलमा भाग लिने खेलाडीले अन्य खेलमा भाग लिन पाउने छैन ।
- ❖ कक्षा ९-१२ को हकमा खेलाडीको जन्मदर्ताको प्रमाण पत्र अनिवार्य पेस गर्नु पर्ने छ भने कक्षा ६-८ को हकमा आधारभूत तह (६-८) मा अध्ययन गरिरहेको भनि खेलाडीको नाम, ठेगाना, कक्षा लगाएतका विवरण खुलाइ विद्यालयले प्रमाणित गरेको पत्र अनिवार्य रुपमा पेस गर्नु पर्ने छ ।
- ❖ कुनै पनि खेलविधा संचालनको लागि न्यूनतम ३ वटा विद्यालयबाट खेलाडी सहभागी हुनुपर्ने छ अन्यथा सो खेल नगरस्तरीय राष्ट्रपति रनिडसिल्ड प्रतियोगितामा समावेश गरिने छैन ।

नतिजामुखी प्रशासन : समृद्धि र सुशासन  
खानीखोला, धादिङ, फोन : ०१०-४०१०६०