

**थुलुङ दुधकोशी गाउँपालिकाद्वारा आयोजित प्रथम अध्यक्ष रनिङ
शिल्ड तथा बृहत खेलकुद महोत्सव एबम् सांस्कृतिक कार्यक्रम-
२०७५ को विभिन्न विधामा प्रथम द्वितिय र तृतीय स्थान हासिल
गर्न सफल टिम/ प्रतियोगीहरुको विवरण:**

पुरुष भलिबल तर्फ		
प्रथम	सोलुदुधकुण्ड न.पा.- ८	
द्वितिय	थुलुङ दुधकोशी - ७	
तृतीय	सोताङ - ३	
महिला भलिबल तर्फ		
प्रथम	माप्य दुधकोशी - ७	
द्वितिय	सोलुदुधकुण्ड न.पा.-१	
तृतीय	सोताङ-१	

मिनि म्याराथुन पुरुष तर्फ		
प्रथम	सुमन कुलुङ	महाकुलुङ-५
द्वितिय	लक्ष्मण खालिङ राई	माप्य दुधकोशी- ४
तृतीय	रोहन राई	थुलुङ दुधकोशी- ७
मिनि म्याराथुन महिला तर्फ		
प्रथम	पुर्णिमाया राई	माप्य दुधकोशी – १
द्वितिय	सुसन कार्की	थुलुङ दुधकोशी- ६
तृतीय	निशा राई	थुलुङ दुधकोशी- ४

हाईजम्प पुरुष तर्फ		
प्रथम	सुमन लामा	थुलुङ दुधकोशी- ६
द्वितिय	प्रदिप बस्नेत	थुलुङ दुधकोशी- २
तृतीय	विजय तामाङ	थुलुङ दुधकोशी- ६
हाईजम्प महिला तर्फ		
प्रथम	सुस्मिता राई	थुलुङ दुधकोशी- ६
द्वितिय	सम्झना श्रेष्ठ	सोलुदुधकुण्ड न.पा.
तृतीय	अन्जना श्रेष्ठ	सोलुदुधकुण्ड न.पा.

लङ्जम्प पुरुष तर्फ		
प्रथम	राजेश गुरुङ	थुलुङ दुधकोशी- ६
द्वितीय	राम राई	सोलुदुधकुण्ड न.पा.
तृतीय	विशाल राई	थुलुङ दुधकोशी- ६
लङ्जम्प महिला तर्फ		
प्रथम	सम्झना श्रेष्ठ	सोलुदुधकुण्ड न.पा.
द्वितीय	सुस्मिता राई	थुलुङ दुधकोशी- ६
तृतीय	सन्ध्या राई	थुलुङ दुधकोशी- ६

ट्रिपलजम्प पुरुष तर्फ		
प्रथम	राजेश गुरुङ	थुलुङ दुधकोशी- ६
द्वितीय	सुमन लामा	थुलुङ दुधकोशी- ६
तृतीय	मणिकर्ण श्रेष्ठ	थुलुङ दुधकोशी-
ट्रिपलजम्प महिला तर्फ		
प्रथम	सम्झना श्रेष्ठ	सोलुदुधकुण्ड न.पा.
द्वितीय	अञ्जना श्रेष्ठ	सोलुदुधकुण्ड न.पा.
तृतीय	सन्ध्या राई	थुलुङ दुधकोशी- ६

सटपुट पुरुष तर्फ		
प्रथम	दिपक किराँती	थुलुङ दुधकोशी- ७
द्वितीय	डम्बर बहादुर तामाङ	थुलुङ दुधकोशी- ६
तृतीय	बाल कुमार राई	थुलुङ दुधकोशी- ३
सटपुट महिला तर्फ		
प्रथम	सुस्मिता राई	थुलुङ दुधकोशी- ६
द्वितीय	दिलिसा श्रेष्ठ	थुलुङ दुधकोशी- १
तृतीय	मेलिना राई	थुलुङ दुधकोशी- ६

व्याटमिन्टन पुरुष डबल तर्फ		
प्रथम	विपिन खालिङ राई	माप्य दुधकोशी- २
	अर्जुन श्रेष्ठ	सोलुदुधकुन्ड न.पा.- ५
द्वितीय	मधुरजी ढकाल	
	विनोद राउत	नेचासल्यान- २
तृतीय	आसिस खनाल	नेचासल्यान- ३
	रघुनाथ खनाल	नेचासल्यान- ३
तृतीय	हेमराज राई	थुलुङ दुधकोशी- ६
	गंगा बहादुर राई	थुलुङ दुधकोशी- ६
व्याटमिन्टन महिला डबल तर्फ		
प्रथम	विसुमाया राई	माप्य दुधकोशी- ५
	सूर्य कुमारी सुनुवार	सोलुदुधकुन्ड न.पा.- ५
द्वितीय	पासाङ डोमा शेर्पा	सोलुदुधकुन्ड न.पा.- ५
	विनिता राई	नेचासल्यान- २
तृतीय	सम्झना श्रेष्ठ	सोलुदुधकुन्ड न.पा
	सरगम राई	
तृतीय	अन्जना श्रेष्ठ	सोलुदुधकुन्ड न.पा
	कुसुम राई	

व्याटमिन्टन पुरुष सिङ्गल तर्फ		
प्रथम	विपिन खालिङ राई	माप्य दुधकोशी- २
द्वितीय	अर्जुन श्रेष्ठ	सोलुदुधकुन्ड न.पा.- ५
तृतीय	मधुरजी ढकाल	
	आसिस खनाल	नेचासल्यान- ३
व्याटमिन्टन महिला सिङ्गल तर्फ		
प्रथम	विसुमाया राई	माप्य दुधकोशी- ५
द्वितीय	सूर्य कुमारी सुनुवार	सोलुदुधकुन्ड न.पा.- ५
तृतीय	पुजा मगर	माप्य दुधकोशी- ६
	पासाङ डोमा शेर्पा	सोलुदुधकुन्ड न.पा.- ५

एकल गायन तर्फ		
प्रथम	सुशान्त राई	थुलुङ दुधकोशी- १
द्वितीय	शंकर राई	माप्य दुधकोशी- ७
तृतीय	जेसन राई	माप्य दुधकोशी- ४
सान्त्वना	महेन्द्र विक	थुलुङ दुधकोशी- ८
	सिर्जना राई	थुलुङ दुधकोशी- ८
एकल नृत्य तर्फ		
प्रथम	सुमना राई	थुलुङ दुधकोशी- २
द्वितीय	दिपा राई	नेचा सल्यान - ३
तृतीय	एल्जिना राई	नेचा सल्यान - ३
सान्त्वना	पुरन राई	थुलुङ दुधकोशी- ७
	विमला राई	थुलुङ दुधकोशी- ८
सामुहिक नृत्य तर्फ		
प्रथम	समिता ठोकर समुह	सोलुदुधकुण्ड न.पा.
द्वितीय	सुमना राई समूह	थुलुङ दुधकोशी- २
तृतीय	सिर्जना राई समुह	थुलुङ दुधकोशी- ८
	गृष्मा राई समुह	थुलुङ दुधकोशी- ७

खुल्ला महिला मार्शल आर्टस् तर्फ		
प्रथम	अर्मिना मगर	
द्वितीय	कुशुमा राई	
तृतीय	जेवी राई	
	शान्ती तामाङ	
महिला मार्शल आर्टस् २५ केजी तर्फ		
प्रथम	करुणा खत्री	
द्वितीय	भावना राई	
तृतीय		
महिला मार्शल आर्टस् ३० केजी तर्फ		
प्रथम	जेस्मिन राई	
द्वितीय	सम्झना श्रेष्ठ	
तृतीय		

महिला मार्सल आर्टस् ३५ केजी तर्फ		
प्रथम	सुसन कार्की	
द्वितीय	अरुणा मगर	
तृतीय		
महिला मार्सल आर्टस् ४० केजी तर्फ		
प्रथम	कर्मा छोटी तामाङ	
द्वितीय	पासाङ ल्हामु शेर्पा	
तृतीय		
महिला मार्सल आर्टस् ४५ केजी तर्फ		
प्रथम	तारादेवी राई	
द्वितीय	लक्ष्मी श्रेष्ठ	
तृतीय		
महिला मार्सल आर्टस् ५० केजी तर्फ		
प्रथम	अन्जना श्रेष्ठ	
द्वितीय	रजुना मगर	
तृतीय		
महिला मार्सल आर्टस् ५५ केजी तर्फ		
प्रथम	सर्गम राई	
द्वितीय	ममता मगर	
तृतीय		
महिला मार्सल आर्टस् ६० केजी तर्फ		
प्रथम	अर्मिना मगर	
द्वितीय	कुसुमा राई	
तृतीय		

खुल्ला पुरुष मार्सल आर्टस् तर्फ		
प्रथम	सोनाम शेर्पा	
द्वितीय	लक्ष्मण राई	
तृतीय	अङ्कित राई	
	नविन राई	
पुरुष मार्सल आर्टस् २५ केजी तर्फ		
प्रथम	निसान नाछिरिङ राई	
द्वितीय	सुबोध राई	
तृतीय	धिरेन नाछिरिङ राई	
	सविन राई	
पुरुष मार्सल आर्टस् ३० केजी तर्फ		
प्रथम	जोनिश श्रेष्ठ	
द्वितीय	अर्जुन मगर	
तृतीय	प्रतिक कार्की	
	निनाम्मा नाछिरिङ राई	
पुरुष मार्सल आर्टस् ३५ केजी तर्फ		
प्रथम	एसाहाङ राई	
द्वितीय	सुनिल नाछिरीङ राई	
तृतीय	संजोक नाछिरीङ राई	
	झनक नाछिरिङ राई	
पुरुष मार्सल आर्टस् ४० केजी तर्फ		
प्रथम	दिपक नाछिरिङ राई	
द्वितीय	महेन्द्र मगर	
तृतीय	सुवास मगर	
	विशाल तामाङ	
पुरुष मार्सल आर्टस् ४५ केजी तर्फ		
प्रथम	तेज नारायण मगर	
द्वितीय	रविन श्रेष्ठ	
तृतीय	युकेश थुलुङ राई	

पुरुष मार्सल आर्टस् ५० केजी तर्फ		
प्रथम	सन्जय राई	
द्वितीय	उमंग तामाङ	
तृतीय	संगम सुनुवार	
	नविन नाछिरिङ	
पुरुष मार्सल आर्टस् ५५ केजी तर्फ		
प्रथम	सुनिल राई	
द्वितीय	युजन राई	
तृतीय	ओषन राई	
पुरुष मार्सल आर्टस् ६० केजी तर्फ		
प्रथम	सोनाम शेर्पा	
द्वितीय	राम राई	
तृतीय	चिरञ्जिवि राई	
	लक्ष्मण राई	

उत्कृष्ट खेलाडी(पुरुष/ महिला) भलिवल		
पुरुष	प्रभुराम राई	थुलुङ दुधकोशी- ७
महिला	सुकुवरी राई	माप्य दुधकोशी - ७
उत्कृष्ट पोषाक(पुरुष/ महिला) भलिवल		
पुरुष	थुलुङ दुधकोशी- ५ जुबु पुरुष टिम	थुलुङ दुधकोशी- ६
महिला	थुलुङ दुधकोशी- ६ मुक्ली महिला टिम	थुलुङ दुधकोशी- १
उत्कृष्ट अनुशासन(पुरुष/ महिला) भलिवल		
पुरुष	थुलुङ दुधकोशी- ९ लोखिम पुरुष टिम	
महिला	थुलुङ दुधकोशी- २ कांगेल महिला टिम	