फरक मानक स्थापित

टंकलाल घिसिङ
सदस्यसचिव
राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्

समय क्रमसँगै विश्व खेलकुदले निकै ठूलो फड्को मारिसकेको छ। विकसित राष्ट्रहरूले खेलकुद क्षेत्रको विकासका लागि पूर्वाधार, प्रशिक्षण, प्रतियोगिता र प्रविधिमा निकै ठूलो धनराशि खर्च गर्दै आएका छन्। उनीहरूको खेलकुद इतिहास पनि हाम्रोभन्दा निकै लामो छ।

तर, नेपाली खेलकुदले संस्थागत स्वरूप लिएको साढे ६ दशक पुग्दै छ। नेपालमा निकै अघिदेखि खेलकुद गतिविधि सञ्चालन हुँदै आए पनि २०१५ सालमा 'राष्ट्रिय स्वास्थ्य तथा खेलकुद परिषद्' गठन भएपछि मात्र संस्थागत स्वरूप ग्रहण गरेको हो। यस बीचमा नेपाली खेलकुदले जुन उचाइ ग्रहण गर्नुपर्ने थियो पक्कै पनि त्यसमा हामी चुकेका छौं। यो कुनै एक व्यक्ति वा संस्थाको प्रयासबाट मात्र सम्भव हुने कुरा पनि होइन।

संस्थागत स्वरूप ग्रहण गरेपछि पनि नेपाली खेलकुद अधिकांश समय बेथिति र विवादमै अल्झिएको पाइन्छ। इतिहासको हरेक कालखण्डमा नेपाली खेलकुद कुनै न कुनै विवादमा अल्झन पुग्यो।

२०७८ साल मंसिर १३ गते मन्त्रिपरिषद् बैठकले मलाई राखेपको सदस्यसचिवमा नियुक्त गरेको थियो। खेलकुद क्षेत्रका समस्याहरूबाट म परिचित थिएँ र ती समस्याहरूसँग जुध्दै नेपाली खेलकुदलाई नयाँ यात्रामा अगाडि बढाउने केही योजनाहरू मसँग थिए।

तर, लामो समयदेखि नेपाली खेलकुदमा जरो गाड्दै आएको स्वार्थगत प्रवृत्तिको शिकार हुन पुगें। अदालती प्रक्रियाका करिब चार महिना पछि २०७८ चैत २३ गते आफ्नो जिम्मेवारी समाल्न म राखेप फर्किएँ। सदस्यसचिवको जिम्मेवारीमा आउना साथ मेरा सामू सबैभन्दा ठूलो चुनौती थियो, नवौं राष्ट्रिय खेलकुदलाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्नु।

तर, ठूलो प्रतियोगिता आयोजनाका लागि हामीसँग समय निकै कम थियो। उसै पनि २०३८ सालदेखि सुरु भएको वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद निर्धारित समयमै सम्पन्न भएको उदाहरण निकै कम छ। त्यसैले त २० वटा संस्करण सम्पन्न भइसक्नु पर्नेमा हामी नवौं संस्करणमै अल्झिएर बसेका थियौं।

बजेटको व्यवस्था, पूर्वाधारको तयारी, तल्लो तहदेखि खेलाडी छनोट, खेल सामाग्रीहरूको जोहोजस्ता धेरै समस्याबीच पनि हामी राखेप पदाधिकारीको आत्मविश्वास भने बलियो थियो। यसका अतिरिक्त अन्य केही परिस्थितिजन्य समस्या पनि हाम्रा अगाडि थिए। एकातिर नयाँ जनप्रतिनिधि चुन्न देशकै सबैभन्दा वृहत् निर्वाचन मुखमै आइसकेको थियो भने अर्कोतिर नेपालीहरूको सबैभन्दा ठूला चाडपर्व पनि सम्मुख थिए।

यस्तो प्रतिकूल अवस्थामा पनि हामीले हरेस खाएनौं र सुस्त रहेको नेपाली खेलकुदलाई चलायमान बनाउन वृहत् नवौं राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना गर्न संकल्पकृत भयौं। त्यसैको प्रतिफल हो, अन्ततः २०७८ असोज २८ देखि कात्तिक ३ गतेसम्म पोखरालाई केन्द्र बनाएर गण्डकी प्रदेशका विभिन्न जिल्लामा नवौं राष्ट्रिय खेलकुद भव्य, सभ्य र ऐतिहासिक रूपमा सम्पन्न भयो। पक्कै पनि, नवौं संस्करणलाई हचुवाको भरमा ऐतिहासिक भनिएको होइन। यसलाई ऐतिहासिक बनाउने थुप्रै तथ्य र कारणहरू छन्। जसले नेपाली खेलकुदमा फरक मानक बनाएको छ।

वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमै पहिलो पटक विजेतालाई दिन ट्रफीको व्यवस्था गरियो, देशभर ट्रफी टुर गराइयो, इतिहासमै सर्वाधिक खेल समावेश गरियो अनि प्रतियोगितामा सहभागी हुने खेलाडीको संख्याले पनि कीर्तिमान बनायो। यसैगरी इतिहासमै पहिलोपटक सर्वाधिक पदकको छिनोफानो भयो, खेलाडी दर्ता प्रक्रियादेखि परिणाम सार्वजनिक गर्न समेत प्रविधिको प्रयोग भए। नवौं संस्करणमा सहभागी हुने नौ हजार जना खेलकर्मीलाई बिमाको सुरक्षा प्रदान गरियो।

नवौं संस्करण ऐतिहासिक रूपमा सम्पन्न भएपछि अब हाम्रो सम्पूर्ण ध्यान कर्णाली प्रदेशमा पहिलोपटक आयोजना हुने १०औं राष्ट्रिय खेलकुदको तयारीमा केन्द्रित भएको छ।

भूगोल, परिवेश र पूर्वाधारमा पछाडि परेको कर्णालीमा वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको सफल आयोजना गर्नु आफैंमा चुनौतीपूर्ण छ। तर, यो चुनौती स्वीकार्न हामी तयार छौं। नवौं जस्तै १०औं संस्करणले पनि नेपाली खेलकुदको गोरेटोमा छुट्टै इतिहास कोर्नेछ भन्नेमा हामी विश्वस्त छौं। अन्त्यमा नवौं संस्करण सम्पन्न गर्न हामीलाई आ–आफ्नो स्तरबाट साथ र सहयोग गर्नु हुने सबैप्रति आभार व्यक्त गर्न चाहन्छौं। धन्यवाद।

संरक्षक : टंकलाल घिसिङ, सदस्यसचिव, राखेप

सम्पादक मण्डल

खुशराज दाहाल (प्रमुख, प्रचार-प्रसार शाखा)

लोकेन्द्रकुमार बस्नेत (प्रशासकीय अधिकृत, प्रचार-प्रसार शाखा)

दामोदर अर्याल (प्रचार-प्रसार शाखा)

रोशन राउत

अनिल मल्ल ठकुरी

सहयोगी

विमला थापा (प्रचार-प्रसार शाखा)

विनिशा घिमिरे (प्रचार-प्रसार शाखा)

प्रवीण लामा (प्रचार-प्रसार शाखा)

प्रकाशन प्रति : ५००

प्रकाशन मिति : २०८० असार

मुद्रण : वेभ प्रिन्टर्स एण्ड ट्रेडर्स

प्रकाशक

प्रचार-प्रसार शाखा

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्, त्रिपुरेश्वर, काठमाडौं

प्रकाशकीय

२०३८ सालमा प्रतियोगिताको पहिलो संस्करण आयोजना भएको थियो। यस हिसाबले वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना हुन थालेको ४२ वर्ष पुगिसकेको छ। प्रत्येक दुई वर्षमा सञ्चालन हुने भनिएको वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको हालसम्म २१ वटा संस्करण आयोजना हुनुपर्ने थियो।

घरेलु खेलकुदलाई चलायमान बनाउने यति महत्त्वपूर्ण प्रतियोगिता हालसम्म नौ वटा संस्करण मात्र आयोजना हुन सकेको छ। विगतका कमिकमजोरीबाट शिक्षा लिएर आगामी दिनमा यस्तो महत्त्वपूर्ण प्रतियोगितालाई निर्धारित समयमा नै सम्पन्न गर्नेतर्फ राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् संवेदनशील र प्रतिबद्ध छ।

त्यसैको प्रतिफल हो, गत असोज–कात्तिकमा पोखरालाई केन्द्र बनाएर गण्डकी प्रदेशका आठ वटा जिल्लामा वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करण सम्पन्न भएको छ। नवौंका केही खेल ललितपुर र काठमाडौंमा पनि खेलाइएको थियो।

नेपाली खेलकुदसँग अझै पनि सीमित श्रोत र साधनलाई उपयोग गर्दै उत्कृष्ट परिणाम दिनुपर्ने बाध्यता छ। हिजोभन्दा आज र आजभन्दा भोली अझ राम्रो गर्नु पर्ने चुनौती छ।

त्यसैले वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करणलाई पनि विशेष बनाउनुपर्ने चुनौती परिषद् नेतृत्वको काँधमा थियो। त्यसैको प्रतिफल हो, नवौं संस्करणलाई विशेष र स्मरणीय बनाउन केही सार्थक प्रयास गरिएको थियो।

खेलाडी दर्तादेखि नतिजा सार्वजनिक गर्ने कार्यसम्म प्रविधिको प्रयोग गरिएको थियो। बदलिँदो समय र परिवेशसँगै वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करणलाई प्रविधिमैत्री बनाउन सक्दो प्रयास पनि भए। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमै पहिलोपटक खेलाडीको विषयमा अध्ययन अनुसन्धान भयो। आगामी दिनमा नेपाली खेलकुद र खेलाडीका विषयमा आवश्यक नीति निर्माण गर्दा यो अध्ययनले महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने विश्वास लिइएको छ। घरेलु खेलकुदलाई अनुशासित र निष्पक्ष बनाउन विभिन्न खेलका ४० जना खेलाडीको डोपिङ (प्रतिबन्धित औषधिको प्रयोग) परीक्षण पनि गरिएको थियो।

वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमै सर्वाधिक खेल समावेश गरियो भने खेलाडी संख्याले पनि कीर्तिमान बनायो। नवौंमा ३६ खेलका तीन सय ९७ स्पर्धा समावेश भएका थिए। प्रतियोगितामा सात प्रदेशसँगै त्रिभुवन आर्मी, एपिएफ र नेपाल पुलिस क्लब गरी तीन वटा विभागीय टोली सहभागी थिए। गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) को टोलीले पनि प्रतियोगितामा प्रतिस्पर्धा गर्‍यो । नवौं संस्करणमा ६ हजार १ सय २७ जना खेलाडीले प्रतिस्पर्धा

गरेका थिए। यसअघि वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदमा यति ठुलो संख्यामा खेलाडी सहभागी भएका थिएनन्।

यसैगरी वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको ४२ वर्षे इतिहासमा पहिलोपटक च्याम्पियनका लागि रनिङ ट्रफी पनि निर्माण गरिएको थियो। उक्त रनिङ ट्रफीलाई प्रदर्शनीका लागि सात वटै प्रदेश र तीन वटा विभागीय टोलीमा पुऱ्याइएको थियो। साथै ट्रफीलाई विश्व सम्पदा सूचिका विभिन्न स्थानमा पुऱ्याइएको थियो। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा पहिलोपटक मानार्थ स्वर्ण पदकको व्यवस्था गरियो। नवौंको खेलका क्रममा प्याराग्लाडिङ दुर्घटनाका कारण जीवन गुमाएका त्रिभुवन आर्मी क्लबका खेलाडी निसिम थापालाई मानार्थ स्वर्ण पदक प्रदान गरिएको थियो। यसैगरी नवौं संस्करणमा सहभागी खेलाडी, प्रशिक्षक, निर्णायक र पदाधिकारीलाई बिमाको सुविधा उपलब्ध गराइएको थियो।

नवौं संस्करणमा विभिन्न खेलका खेलाडीले थुप्रै राष्ट्रिय कीर्तिमान पनि बनाए। केही खेलाडीले आफ्नै नाममा रहेको कीर्तिमान सुधार गरे भने केही खेलाडीले वर्षौं अघिका कीर्तिमान भंग गरे। यसैगरी उत्कृष्ट प्रदर्शनका लागि प्रोत्साहन गर्ने र मैदानमा प्रतिस्पर्धाको भावना बढाउने उद्देश्यले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा स्वर्ण पदक जित्ने खेलाडीका लागि आकर्षक नगद पुरस्कारको वृद्धिसमेत गरिएको थियो।

'एकताबद्ध देश, खेलकुदको सन्देश' भन्ने नारासहित आयोजित नवौं संस्करणको समापन समारोहमा दशौं संस्करण २०८१ सालमा कर्णालीमा आयोजना गर्ने गरी झण्डासमेत हस्तान्तरण गरिएको छ। नवौंको समापनसँगै अब नेपाली खेलकुद दशौं संस्करणको तयारीमा जुटेको छ।

भनिन्छ, खेल क्षेत्र मात्र यस्तो खुला आकाश हो, जहाँ जित र हारबीच खासै ठुलो अन्तर हुँदैन। नत हार र जितले व्यक्ति वा समाजबीच कुनै वैमनस्य नै सृजना गर्छ। त्यसैले त खेलकुद क्षेत्र अझै पनि अनुशासित छ, निष्पक्ष छ अनि निष्कलङ्कित पनि। खेलकुद क्षेत्रमा हासिल गरिएका कुनै पनि उपलब्धि ठूला वा साना हुँदैनन्। परिवेश, परिस्थिति र विशेषताहरू फरक/फरक हुन सक्छन्। तर, प्राप्त सफलताको स्थान सधैं उच्च रहन्छ। नवौं संस्करण सफलतापूर्वक सम्पन्न भएसँगै वृहत राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा पनि अर्को महत्त्वपूर्ण पाना थपिएको छ।

त्यसैले एक साता सिङ्गो राष्ट्रलाई नै खेलकुदमय बनाएको वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करणलाई दस्ताबेजीकरण गर्ने उद्देश्यको प्रतिफल हो, यो स्मारिका। यो स्मारिकले भविष्यमा वृहत् नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको विषयमा जानकारी हासिल गर्न चाहनेहरूलाई थोरै भए पनि मद्दत पुग्नेछ भन्ने विश्वास लिएका छौं। राष्ट्रिय खेलकुदको विगतलाई समेत समेट्ने प्रयास भएको छ। तथ्य-तथ्यांक संकलन र प्रबिष्ट गर्ने क्रममा कमीकमजोरी हुन सक्छन्। आगामी दिनहरूमा सच्याउँदै जाने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दछौं।

प्रतिभाशाली खेलाडी उत्पादनको दृष्टिकोणले समेत महत्त्वपूर्ण रहेको यो प्रतियोगितालाई सफल बनाउन प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा साथ र सहयोग दिनुहुने सबैप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्न चाहन्छौं। घरेलु खेलकुदको सबैभन्दा वृहत् प्रतियोगितालाई सफल पार्न सहयोग पुऱ्याइदिनु भएकोमा नेपाल सरकार, युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का सहकर्मी, निर्णायक, प्रशिक्षक, खेल संघहरू, छोटो समयमा भौतिक पूर्वाधार निर्माणका लागि अहोरात्र खटिनु भएका निर्माणकर्मी, खेलाडीको हौसला बढाइदिने समर्थक, सहभागी र समर्थकहरूलाई मिठो आतिथ्यता प्रदान गर्नुहुने व्यवसायीवर्ग, खेल स्थल र खेलाडीको सुरक्षामा सहयोग पुऱ्याउने सुरक्षाकर्मी, चिकित्सक, सञ्चारकर्मीलगायत सबैप्रति आभार व्यक्त गर्न चाहन्छौं।

फेरि पनि हाम्रा सबैभन्दा ठूला नायक र विशेष धन्यबादका पात्र भनेका खेलाडीहरू नै हुन्। जसले खेल मैदानमा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्दै प्रतियोगितालाई सफल तुल्याउन कुनै कसर बाँकी राखेनन्। प्रतियोगिता सकिएपछि यो स्मारिका प्रकाशन गर्न हामीलाई उत्प्रेरित गर्ने सबैभन्दा ठुलो आधार पनि हाम्रा खेलाडीहरू नै हुन्। त्यसैले वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करणमा सहभागी भएर उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्ने हाम्रा खेलाडीहरूको उपलब्धिलाई समेटेर नै हामीले यो स्मारिका प्रकाशन गर्ने जमर्को गरेका हौं।

धन्यवाद!

खेलाडी उत्पादनको थलो : राष्ट्रिय खेलकुद

विश्वका हरेक देशमा राष्ट्रिय खेलकुदको विशेष महत्त्व रहेको हुन्छ। त्यसैले विश्वका सानाठूला हरेक देशले नियमित रूपमा राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना गर्ने गर्छन्। खेल प्रतिभाहरू शहरमा मात्र नभई देशका कुनाकाप्चामा पनि लुकेर रहेका हुन्छन् भन्ने मान्यतालाई आधार बनाएर यस्तो प्रतियोगिता आयोजना गर्ने गरिन्छ।

राष्ट्रिय प्रतियोगिताभन्दा अघि देशको तल्लो तहदेखि नै छनोट प्रतियोगिताहरू आयोजना गर्ने गरिन्छ। तल्लो तहका प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्ने खेलाडीहरू क्रमशः छनोट चरण पार गर्दै मुख्य प्रतियोगितासम्म आइपुग्छन्। यसरी छनोट भएर आएका खेलाडीले राष्ट्रिय स्तरमा चर्चित खेलाडीहरूसँग प्रतिस्पर्धा गरेर आफ्नो क्षमता देखाउने अवसर पाउँछन्। नयाँनयाँ प्रतिभा खोजी गर्ने उद्देश्यले आयोजना गरिने राष्ट्रिय प्रतियोगिता महत्त्वपूर्ण माध्यम हो। राष्ट्रिय प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्ने खेलाडीलाई लामो समयसम्म बन्द प्रशिक्षणमा राखेर उनीहरूको कला तिखार्ने कार्य गरिन्छ।

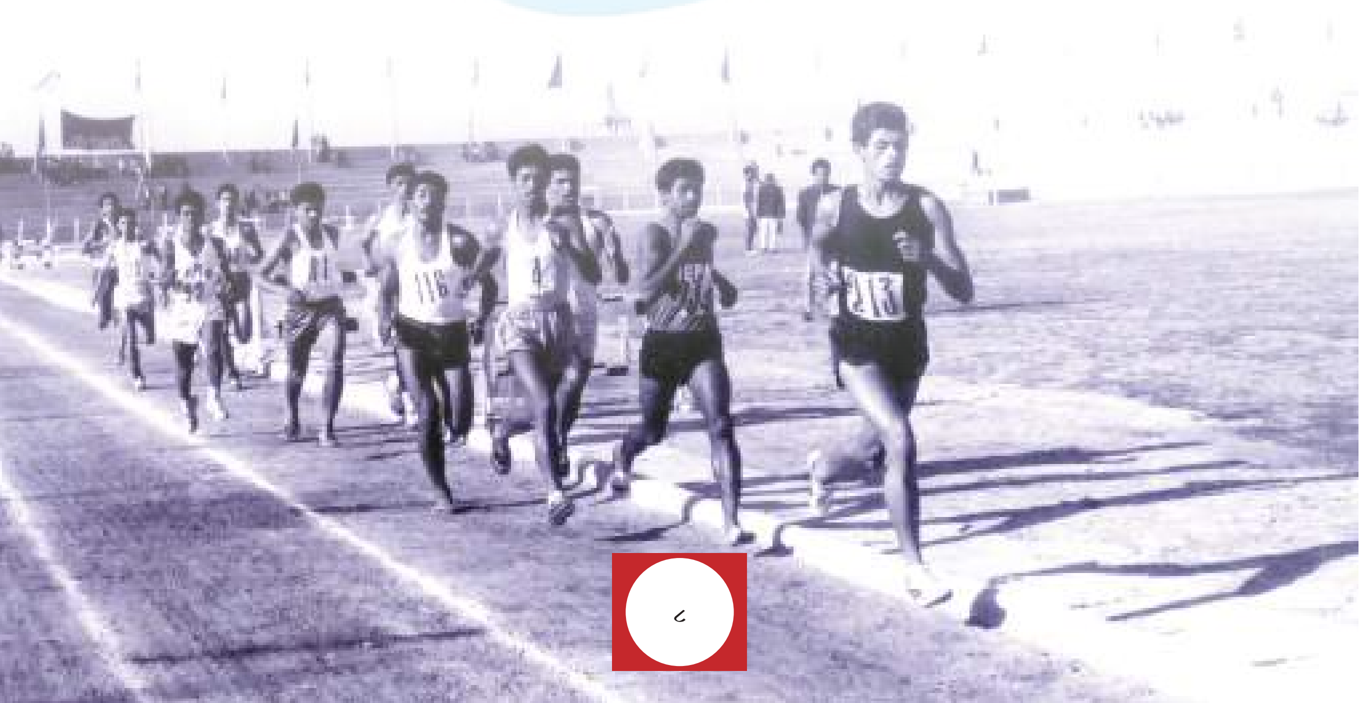
त्यसपछि ती खेलाडीलाई राष्ट्रको तर्फबाट विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी

गराइन्छ। यसरी कला र खेल कौशल निखारिएर आएका खेलाडी राष्ट्रका लागि उपलब्धिमूलक परिणाम दिन सक्ने विश्वास गरिन्छ। नेपालको सन्दर्भमा भने बृहत राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको इतिहास खासै लामो छैन। प्रत्येक दुई/दुई वर्षमा राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना गर्ने भनिए पनि निर्धारित समयमा निरन्तरता पाउन भने सकेको छैन। त्यसैले २०३८ सालमा सुरु भएको राष्ट्रिय खेलकुदले २०७९ सालमा आइपुग्दासम्म ९ वटा खुड्किलो मात्र पार गर्न सकेको छ। नियमित रूपमा प्रतियोगिता आयोजना भएको भए हालसम्म कम्तीमा २१ पटक राष्ट्रिय खेलकुद सम्पन्न भइसक्नु पर्ने देखिन्छ।

आगामी दिनमा राष्ट्रिय खेलकुदलाई अझ प्रभावकारी रूपमा अगाडि बढाउन आवश्यक देखिन्छ र यसप्रति राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् गम्भीर पनि छ। सुरुमा राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता अञ्चलको अवधारणा अनुरूप प्रतिस्पर्धा हुन्थ्यो। १४ वटा अञ्चलका टोलीले प्रतियोगितामा भाग लिन्थे र अन्त्यमा जुन अञ्चलका खेलाडीले सबैभन्दा बढी स्वर्ण पदक जित्यो त्यही अञ्चल राष्ट्रिय खेलकुदमा पहिलो हुन्थ्यो। त्यसपछि अञ्चलको अवधारणा हटाएर विकास क्षेत्रका आधारमा राष्ट्रिय खेलकुदमा प्रतिस्पर्धा गराउन लागिएको हो। यस अवधारणामा पाँच विकास क्षेत्रका टोलीले प्रतियोगितामा भाग लिन्थे र जुन विकास क्षेत्रका खेलाडीले सबैभन्दा बढी स्वर्ण पदक जित्यो त्यही विकास क्षेत्र राष्ट्रिय च्याम्पियन बन्थ्यो।

त्यसपछि आएर पाँच वटा विकास क्षेत्रसँगै त्रिभुवन आर्मी, नेपाल पुलिस र सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफ क्लबलाई पनि राष्ट्रिय खेलकुदमा प्रवेश दिइयो। काठमाडौंमा सम्पन्न पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी माओवादीको भातृ संगठनका रूपमा रहेको जनमुक्ति सेना (पिएलए) लाई पनि छुट्टै अस्तित्व दिएर सहभागी गराइएको थियो। छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदमा छुट्टै अस्तित्व दिएर विश्वविद्यालय टोलीलाई पनि समावेश गरिएको थियो। मुलुक संघीय ढाँचामा गएपछि हाल सात प्रदेश र तीन विभागीय टोलीले राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउँछन्। यसका अतिरिक्त गैरआवासीय नेपालीहरूको टोलीलाई पनि राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी गराइन्छ।

प्रत्येक राष्ट्रमा ठुलो महत्त्व दिएर आयोजना हुने राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्ने खेलाडीलाई राष्ट्रको प्रतिनिधित्व गराउँदै विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा भाग लिन पठाइन्छ। राष्ट्रिय प्रतियोगिताका विभिन्न स्पर्धामा कीर्तिमान बनाउने खेलाडीलाई प्रोत्साहन गर्न सरकारले पुरस्कारको समेत व्यवस्था गरेको हुन्छ। नियमित रूपमा राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना गर्दा देशभित्र खेलकुदका नयाँ/नयाँ भौतिक पूर्वाधारसमेत बन्ने हुँदा सरकारले देशका विभिन्न भागमा क्रमैसँग प्रतियोगिता आयोजना गर्दै जाने नीति लिएको हुन्छ।



नवौं राष्ट्रिय खेलकुद
इतिहासकै सर्वाधिक खेल र खेलाडी

उद्घाटन समारोहमा
सम्बोधन गर्नु हुँदै
सम्माननीय उपराष्ट्रपति
नन्दबहादुर पुन

समापन समारोहमा
सम्बोधन गर्नु हुँदै सम्माननीय
प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवा

दशौं राष्ट्रिय खेलकुद आयोजनाका लागि
कर्णालीलाई झण्डा हस्तान्तरण गरिँदै

घरेलु खेलकुदको सबैभन्दा ठुलो प्रतियोगिता वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करण गण्डकी प्रदेशमा सम्पन्न भयो। गण्डकी प्रदेशका आठ जिल्ला तथा ललितपुर र काठमाडौंमा समेत नवौंअन्तर्गतका खेल आयोजना भए। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता २०३८ सालदेखि सुरु भएको हो। यस आधारमा देशमा वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद सुरु भएको ४१ वर्ष बितिसकेको छ। राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करणमा ३६ खेलका तीन सय ९६ स्पर्धा समावेश गरिएको थियो। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा यो सर्वाधिक खेल र स्पर्धा हो। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा ३६ खेलका कुल चार सय ४ स्पर्धा समावेश गरिए पनि अन्तिममा तीन सय ९७ स्पर्धामा मात्र प्रतिस्पर्धा भयो। यसबाहेक नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा न्याफ्टिङ एन्ड क्यानोइङ, मुवाँथाइ, लोकदोहोरी, मार्सल आर्ट्स हापकिडो, ब्रेकिन एन्ड डान्स, पेनकेक सिलात मार्सल आर्ट्स, स्ट्रेन्थ लिफ्टिङ र ठेलोलाई प्रदर्शनी खेलका रूपमा समावेश गरिएको थियो।

नवौं संस्करणमा ११ टिम सहभागी थिए। प्रतियोगितामा सात प्रदेशसँगै त्रिभुवन आर्मी, एपिएफ र नेपाल पुलिस क्लब गरी तीन विभागीय टिम सहभागी थिए। यसका अतिरिक्त गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) को टोलीले पनि प्रतियोगितामा भाग लिएको थियो। एनआरएनएको टोलीलाई आठौं राष्ट्रिय खेलकुददेखि सहभागी गराउन थालिएको हो। औपचारिक रूपमा एक साता सञ्चालन भएको नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका खेलहरू समग्रमा १२ दिन सञ्चालन भयो। असोज २८ गते औपचारिक रूपमा उद्घाटन भए पनि पोखरामा असोज २३ गतेदेखि नै विभिन्न खेलहरू सुरु भइसकेका थिए। क्रिकेटको पुरुष प्रतियोगिता भने भदौ अन्तिममा काठमाडौंमा भएको थियो।

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा कुल ६ हजार १ सय २७ खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। प्रतियोगितामा सहभागी खेलाडीमध्ये तीन हजार ४ सय १४ जना पुरुष र २ हजार ७ सय १३ जना महिला खेलाडी रहेका थिए।

भव्य उद्घाटन

नेपाली खेलकुदको महाकुम्भ 'राष्ट्रिय खेलकुद'को नवौं संस्करण २०७९ असोज २८ गते शुक्रबार औपचारिक रूपमा सुरु भएको थियो। पर्यटकीय नगरी पोखरा रंगशालामा भव्य समारोहबीच सम्माननीय उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुनले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको उद्घाटन गर्नुभएको थियो।

रमाइलो संयोग नै मान्नुपर्छ, गण्डकी प्रदेशले नवौं राष्ट्रिय खेलकुद आयोजनाको अधिकार पाउँदा पनि उपराष्ट्रपति पुन त्यसको साक्षी हुनुहुन्थ्यो। २०७६ साल वैशाखमा नेपालगञ्जमा सम्पन्न आठौं राष्ट्रिय खेलकुदको समापन समारोहमा नै नवौं आयोजनाको जिम्मेवारी गण्डकी प्रदेशलाई दिइएको थियो। आठौं राष्ट्रिय खेलकुद समापन समारोहको प्रमुख अतिथि पनि उपराष्ट्रपति पुन नै हुनुहुन्थ्यो।

संयोगले नवौं संस्करणको उद्घाटन समारोहको प्रमुख अतिथि पनि उपराष्ट्रपति पुन नै बन्नुभयो। 'एकताबद्ध देश, खेलकुदको सन्देश' भन्ने नारासहित सुरु भएको नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको उद्घाटन समारोहमा गण्डकी प्रदेशका ओलम्पियन टीकाबहादुर बोगटीले ओलम्पिक ज्योति प्रज्ज्वलन गर्नुभएको थियो। युवा तथा खेलकुदमन्त्री महेश्वर गहतराजले झन्डोत्तोलन गर्नुभएको थियो। नवौं संस्करणको उद्घाटन समारोहमा ११ वटै टोलीका खेलाडी र पदाधिकारीले मार्चपास्ट पनि गरेका थिए। उद्घाटन समारोहमा देशभरका विभिन्न कला/संस्कृति झल्काउने झाँकी र सांस्कृतिक कार्यक्रम पनि प्रस्तुत गरिएको थियो।

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का अध्यक्ष एवं युवा तथा खेलकुद मन्त्री महेश्वरजंग गहतराज 'अथक'को अध्यक्षतामा भएको उद्घाटन समारोहमा परिषद्का उपाध्यक्ष शिव कोइराला 'ज्वाला' र सदस्यसचिव टंकलाल घिसिङले अतिथिहरूको स्वागत गर्नुभएको थियो।

उद्घाटन समारोहमा आतिसबाजी र लेजर लाइटको प्रयोग पनि गरिएको थियो। प्रत्येक २/२ वर्षमा वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना गरिने प्रावधान छ। तर, आठौं संस्करण सकिएको तीन वर्षपछि मात्र नवौं संस्करण आयोजना भएको हो। विश्वव्यापी रूपमा फैलिएको कोरोना भाइरसको महामारीका कारण प्रतियोगिता आयोजनामा ढिलाइ हुन पुग्यो। गण्डकीमा भने ३९ वर्षपछि वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना भएको हो। यसअघि २०४० सालमा गण्डकी अञ्चलले वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना गरेको थियो। नवौं संस्करणका अधिकांश खेल पोखरा रंगशालामा भएका थिए।

गण्डकी प्रदेशका आठ जिल्लाका अतिरिक्त काठमाडौं र ललितपुरमा पनि नवौं संस्करणका खेलहरू सञ्चालन भए। नवौं संस्करणमा ११ टोलीका ६ हजार १ सय ५७ जना खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। प्रतियोगितामा सात प्रदेशका अतिरिक्त नेपाल पुलिस क्लब, सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफ क्लब र नेपाली सेनाको त्रिभुवन आर्मी क्लबले पनि भाग लिएका थिए। गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) को टोलीले पनि प्रतियोगितामा प्रतिस्पर्धा गर्‍यो।

नवौंका आकर्षण

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको लोगोमा माछापुच्छ्रे हिमाललाई रेखाकृतिमा राखिएको छ। आकाशे नीलो रेखाले शान्तिको प्रतीक परेवालाई प्रतिविम्बित गरेको छ।

‘एकताबद्ध देश, खेलकुदको सन्देश’

रातो रंगको चार वटा धर्साले भने परेवाको पखेटा र ट्र्याकलाई संकेत गरेको छ। प्रतिकात्मक रूपमा चार धर्साले साबिकको प्रदेश-४ लाई पनि दर्साएको छ। चन्द्र सूर्यले भने राष्ट्रिय ध्वजालाई प्रतिविम्बित गर्नुका साथै सबै टिमको प्रतिनिधित्व गरेको छ। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको मस्कटका रूपमा लोपोन्मुख तथा संरक्षित प्राणी कस्तुरी मृग छ। कस्तुरी मृग प्रतियोगिता आयोजना गर्ने गण्डकी प्रदेशमा पनि पाइन्छ। लोगो र मस्कट काठमाडौंको मैतीदेवी निवासी ६२ वर्षे भोलानाथ पौड्यालले तयार पारेका हुन्।

यसैगरी नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको नाराका रूपमा ‘एकताबद्ध देश, खेलकुदको सन्देश’ रहेको छ। उक्त नारा सुयोग्यराज काफ्लेले तयार पारेका हुन्। लोगो तयार पार्नेलाई ५० हजार, मस्कट तयार पार्नेलाई २५ हजार र नारा तयार पार्नेलाई १० हजार रूपैयाँबाट पुरस्कृत गरिएको थियो। राखेपका अध्यक्ष युवा तथा खेलकुदमन्त्री महेश्वरजंग गहतराजले लोगो, मस्कट र नारा सार्वजनिक गर्नुभएको थियो।

राखेपका बोर्ड सदस्य एकेन्द्र कुँवरको संयोजकत्वमा गठित पाँच सदस्यीय समितिले लोगो र मस्कट छनोट गरेको हो। छनोट समितिका सदस्यमा प्राज्ञिक कलाकार रमेशनाथ खनाल, नोबेल एकेडेमी कला विभागका प्रमुख विपिनराज श्रेष्ठ र श्रृजना कलेज अफ फाइन आर्ट्सका प्रमुख प्रो. राधेश्याम मुल्मी तथा सदस्यसचिवमा राखेपअन्तर्गत खेलकुद प्रतियोगिता तथा योजना विभागका प्रमुख मिनकुमार शर्मा रहनुभएको थियो।

पहिलो पटक रनिङ ट्रफी

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा पहिलोपटक रनिङ सिल्ड निर्माण गरेको हो। १० लाख रूपैयाँ लागतमा निर्माण भएको ट्रफी उचाल्ने पहिलो भाग्यमानी टिम बन्यो, त्रिभुवन आर्मी क्लब। आर्मी सर्वाधिक एक सय ७२ स्वर्ण जित्दै टिम च्याम्पियन बनेको हो। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको विजेता टोलीलाई दिइने ट्रफी २०७९ साल भदौ ३१ गते प्रधानमन्त्री निवास बालुवाटारमा सम्माननीय प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवाले सार्वजनिक गर्नुभएको थियो।

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले पहिलोपटक वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदका लागि रनिङ ट्रफी निर्माण गरेको हो। करिब १० लाख रुपैयाँ खर्च गरेर बनाइएको रनिङ ट्रफी लगातार तीन वटा संस्करण जित्ने टोलीले स्थायी रूपमा पाउने प्रावधान राखिएको छ। उक्त ट्रफीमा पाँच केजी चाँदी र २ तोला सुनको प्रयोग गरिएको छ। ट्रफीको डिजाइन नेपाल ओलम्पिक कमिटी (एनओसी) का महासचिवसमेत रहनुभएका निलेन्द्रराज श्रेष्ठले तयार गर्नुभएको हो। नेपाली शैलीमा तयार पारिएको ट्रफी कलश आकारको छ। उक्त रनिङ ट्रफी तयार पार्न चार सय ५० घन्टा समय लागेको थियो।

नवौं संस्करणको विजेतालाई दिइने उक्त रनिङ ट्रफीलाई प्रदर्शनीका लागि सात वटै प्रदेश र तीन विभागीय टोलीसहित विश्वसम्पदा सूचिमा पुऱ्याइएको थियो। राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले ओलम्पियन दीपक विष्टको संयोजकत्वमा पाँच सदस्यीय ट्रफी टुर कार्यदल गठन गरेको थियो। कार्यदलमा क्रिकेटका पूर्वकप्तान पारस खड्का, नेपाल राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय खेलाडी संघका अध्यक्ष एवं सागका स्वर्णपदकधारी दीपक श्रेष्ठ, महिला भलिबल टोलीकी कप्तान अरुणा शाही र अल्ट्रा म्याराथन धाविका मीरा राई सदस्य थिए।

रनिङ ट्रफीलाई अन्तिममा प्रतियोगिताको आयोजनास्थल गण्डकी प्रदेश पुऱ्याइएको थियो। गण्डकी प्रदेशमा पुऱ्याइएपछि ट्रफीलाई बाजागाजासहित नगर परिक्रमा गराइएको थियो।

लगातार तेस्रो पटक च्याम्पियन

नेपाली सेनाको त्रिभुवन आर्मी क्लब नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको टिम च्याम्पियन बन्यो। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदमा आर्मी क्लब लगातार तेस्रो पटक टिम च्याम्पियन बनेको हो। यसअघि सातौं र आठौं वृहत राष्ट्रिय खेलकुदमा पनि आर्मी क्लब नै टिम च्याम्पियन बनेको थियो। नवौं संस्करणमा आर्मी क्लबले कुल तीन सय ७१ पदक जित्यो। आर्मी क्लबका खेलाडीले एक सय ७२ स्वर्ण, एक सय १० रजत र ८९ कांस्य पदक जिते।

२०७३ सालमा इटहरीमा आयोजना भएको सातौं राष्ट्रिय खेलकुदमा आर्मी क्लब पहिलोपटक टिम च्याम्पियन बनेको थियो। त्यसपछि २०७६ सालमा नेपालगञ्जमा आयोजना भएको आठौं संस्करणको च्याम्पियन पनि आर्मी नै हो। पछिल्ला तीन वटै संस्करणमा आर्मी क्लबले एक सयभन्दा बढी स्वर्ण पदक जितेको छ। आर्मी क्लबले वृहत् सातौं राष्ट्रिय खेलकुदमा एक सय १३ स्वर्ण, ६५ रजत र ४८ कांस्यसहित दुई सय २५ पदक जितेको थियो। आठौं राष्ट्रिय खेलकुदमा एक सय ४१ स्वर्ण, ८२ रजत र ६७ कांस्यसहित दुई सय ९० पदक जितेको थियो।

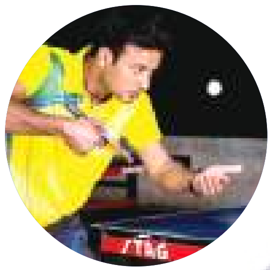
धनगढीमा २०६८ सालमा आयोजना भएको छैटौं राष्ट्रिय खेलकुद भने आर्मी क्लब सहभागी भएन। उक्त संस्करणमा मध्यमाञ्चल विकास क्षेत्र टिम च्याम्पियन बनेको थियो।

कर्णालीलाई सबैभन्दा कम पदक

कर्णाली प्रदेश नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा सबैभन्दा कम पदक जित्ने टिम बन्यो। प्रतियोगितामा कर्णाली प्रदेशले दुई स्वर्ण, चार रजत र १२ कांस्यसहित कुल १८ पदक जितेको थियो। एथलेटिक्सको तीन हजार मिटर स्टिपलचेसमा दुर्गाबहादुर बुढा र उसुमा दीपक हमालले कर्णालीका लागि स्वर्ण जिते। नवौं

राष्ट्रिय खेलकुदमा कर्णाली प्रदेशले २९ खेलका लागि ५ सय १७ जना खेलाडी सहभागी गराएको थियो । कर्णाली प्रदेशले १० औं राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना गर्ने जिम्मेवारी पनि पाएको छ ।

लगातार ६ संस्करणमा सहभागी



नेपालमा झण्डै तीन दशकसम्म खेलकुदलाई निरन्तरता दिने खेलाडी निकै कम भेटिन्छन् । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा फरक खेलका दुई जना यस्ता खेलाडी थिए जो लगातार छैटौं पटक राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी थिए । टेबलटेनिसका शिवसुन्दर गोथे र भारोत्तोलनकी तारादेवी पुन । भारोत्तोलनको ८१ केजी तौलसमूहमा स्वर्ण जितेर तारादेवीले आफू सहभागी सबै राष्ट्रिय खेलकुदमा स्वर्ण जित्ने नयाँ कीर्तिमान बनाइन् । उनले चौथो संस्करणदेखि लगातार राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागिता जनाउँदै स्वर्ण पदक जित्दै आएकी छन् ।

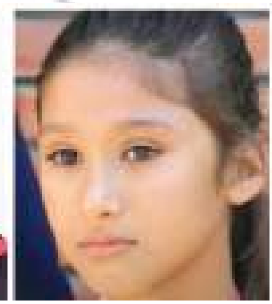
यसैगरी तीनपटकका राष्ट्रिय च्याम्पियन शिवसुन्दरले पनि चौथो संस्करणदेखि नै वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागिता जनाउँदै आएका छन् । पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा पुरुष एकलतर्फ स्वर्ण जितेका उनले नवौं संस्करणमा भने स्वर्ण हात पार्न सकेनन् । पुरुष एकल स्पर्धामा उनी क्वार्टरफाइनलमै पराजित भए ।

दाजुभाइलाई एकै दिन स्वर्ण

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदअन्तर्गत एथलेटिक्समा दाजुभाईले एकै दिन स्वर्ण पदक जिते । सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफ क्लबमा आबद्ध गोपीचन्द्र पार्कीले पुरुष ५ हजार मिटर दौडमा स्वर्ण जिते । त्यसलगत्तै भएको दुई सय मिटर दौडमा एपिएफकै शिवराज पार्कीले स्वर्ण पदक हात पारे । गोपीका भाई हुन् शिवराज । एकै दिन स्वर्ण पदक जितेपछि दाजुभाईले संगै खुसीयाली मनाए । शिव दाईको सफलतामा र गोपी भाईको सफलतामा प्रफुल्लित भए । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा गोपीले १ र शिवले ३ स्पर्धामा स्वर्ण जितेका थिए ।

'एकै दिन दाजु र म स्वर्णविजेता हुँदा खुसी लागेको छ । म आफ्नो सफलताभन्दा पनि दाईको सफलताबाट बढी खुसी छु,'पदक जितेपछि भाई शिवले भनेका थिए, 'म त आगामी संस्करणहरूमा पनि स्वर्ण जित्न र कीर्तिमान बनाउन सक्छु ।' गोपीले पनि नवौं राष्ट्रिय खेलकुद आफ्नो लागि विशेष भएको बताए । 'हामी दाजुभाईले एकै दिन स्वर्ण जित्यौं । हाम्रो लागि यो निकै खुसीको क्षण हो । नेपालमा हुने सबैभन्दा ठुलो प्रतियोगितामा स्वर्ण जित्न पाउनु ठुलो सफलता हो,' दाई गोपीले भने, 'मेरो अबको लक्ष्य भनेको ओलम्पिक हो ।'

बढी र कम उमेरका खेलाडी



नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा प्रतिस्पर्धा गर्ने सबैभन्दा पाका उमेरका खेलाडी स्क्वासका धनबहादुर घले हुन् । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा प्रतिस्पर्धा गरिरहँदा उनी ६२ वर्ष चार महिनाका थिए । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा प्रतिस्पर्धा गर्ने सबैभन्दा कान्छी खेलाडी भने रीतिका बुमी हुन् ।

पौडी खेलाडी रीतिकाले आफ्नो स्पर्धामा प्रतिस्पर्धा गरिरहँदा उनको उमेर मात्र सात वर्ष २२ दिन थियो । उनले नवौंमा कुनै पदक भने जित्न सकिनन् । नवौं संस्करणमा यी दुई फरक पुस्ताका खेलाडीको उपस्थिति धेरैका लागि प्रेरणाको स्रोत बन्न पुग्यो । धनबहादुर र रीतिकाको उमेरमा ५५ वर्षको अन्तर रह्यो । त्यसैले पनि एउटै खेलमञ्चमा हजुरबुवा र नातिनी पुस्ताका यी दुई खेलाडीको उपस्थिति धेरैका लागि चासो, चर्चा र प्रेरणाको स्रोत बन्न पुग्यो । रीतिकाको स्थायी घर भने सुदूरपश्चिमको बाजुरा जिल्ला बुढीनन्दा नगरपालिका हो । रीतिकाकी आमा

बिमला बुमी आफैँ पौडीकी खेलाडी थिइन् ।

२०७२ को असोजमा काठमाडौंमा जन्मिएकी रीतिकाको परिवार अहिले भक्तपुरमा बस्छ। नवौं संस्करणका सबैभन्दा पाका खेलाडी धनबहादुर भने दुई दशकभन्दा लामो समय सिंगापुर प्रहरीमा बिताएका थिए। धनबहादुरको जन्म २०१७ साल वैशाख ५ गते संखुभासभा जिल्लाको खाँदबारीमा भएको हो। धनबहादुरका बुबा भारतीय सेनामा कार्यरत थिए। त्यसैले धनबहादुर पनि १७ वर्षको उमेरमै पुर्ख्यौली परम्परालाई निरन्तरता दिँदै सिंगापुर प्रहरीमा भर्ती भएका थिए। सिंगापुर प्रहरीमा कार्यरत रहँदा नै उनले स्क्वास खेल्न थालेका थिए। उनी सन् २००७ मा सिंगापुर प्रहरीबाट सेवानिवृत्त भएका हुन् ।

सिंगापुर प्रहरीबाट सेवानिवृत्त पश्चात् स्वदेश फर्किएपछि पनि धनबहादुरको स्क्वासप्रतिको लगावमा कुनै कमी आएन। आफ्नो प्रदेशमा स्क्वास खेलाडीको अभाव भएपछि सम्बन्धीत संघको आग्रहमा उनी प्रदेश-१ को प्रतिनिधित्व गर्दै नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी भएका हुन् ।

पदक तालिकामा विभागीय टोली अगाडि

गण्डकी प्रदेशमा आयोजना भएको नवौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा विभागीय टोलीहरूले पहिलो, दोस्रो र तेस्रो स्थान हासिल गरे। त्रिभुवन आर्मी क्लब एक सय ७२ स्वर्णसहित कुल तीन सय ७१ पदक जित्दै टिम च्याम्पियन बन्यो। राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा आर्मी क्लब ट्रफी उचाल्ने पहिलो टिम पनि बनेको हो। पहिलोपटक बनेको राष्ट्रिय खेलकुदको रनिङ शिल्ड ट्रफी उचाल्ने क्रममा आर्मी क्लबले एक सय १० रजत र ८९ कांस्य पदक पनि हात पार्‍यो। आर्मी क्लब सातौं र आठौं संस्करणको टिम च्याम्पियन पनि हो। नवौं संस्करणको पदकतालिकामा सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफ क्लब दोस्रो भयो ।

एपिएफ क्लबले ६५ स्वर्ण, ७३ रजत र ८१ कांस्यसहित कुल २ सय १९ पदक जित्यो। अर्को विभागीय टोली नेपाल पुलिस तेस्रो भयो। पुलिस क्लबले ६१ स्वर्ण, ६० रजत र ७३ कांस्यसहित कुल १ सय ९४ पदक जित्यो। आयोजक गण्डकी प्रदेश ३२ स्वर्ण, ३१ रजत र ५७ कांस्यसहित कुल १ सय २० पदक जित्दै चौथो भयो। पाँचौं भएको बागमती प्रदेशले २४ स्वर्ण, ४७ रजत र ७४ कांस्यसहित कुल १ सय ४५ पदक जित्यो। छैटौं स्थानमा रहेको प्रदेश-१ ले १० स्वर्ण, २३ रजत र ५० कांस्यसहित कुल ८३ पदक प्राप्त गर्‍यो। सुदूरपश्चिम प्रदेश १० स्वर्ण, १० रजत ४३ कांस्यसहित कुल ६३ पदक जितेर सातौं स्थानमा रह्यो। एनआरएनए टोली १० स्वर्ण, ९ रजत र ७ कांस्यसहित कुल २६ पदक जितेर आठौं भयो।

यसैगरी लुम्बिनी प्रदेश ६ स्वर्ण, २२ रजत र ४० कांस्यसहित कुल ६८ पदक जितेर नवौं, मधेश प्रदेश ५ स्वर्ण, ८ रजत र २६ कांस्यसहित कुल ३९ पदक जितेर दशौं र कर्णाली प्रदेश २ स्वर्ण, ४ रजत, १२ कांस्यसहित कुल १८ पदक जितेर तालिकाको ११औं स्थानमा रहे।

सर्वाधिक खेलाडीको ‘डोपिङ’ परीक्षण

गण्डकी प्रदेशमा आयोजना भएको नवौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताका ४० जना खेलाडीको डोपिङ परीक्षण गरिएको थियो। नेपाली घरेलु खेलकुदको इतिहासमा यति ठुलो संख्यामा खेलाडीको डोपिङ परीक्षण गरिएको पहिलोपटक हो। प्रतिबन्धित औषधि तथा उपायहरू प्रयोग गरेको हो वा होइन भनेर पत्ता लगाउन डोपिङ परीक्षण गर्ने गरिन्छ। खेलकुद प्रतियोगिताहरूलाई हरेक तरिकाले निष्पक्ष र पारदर्शी बनाउनका लागि डोपिङ परीक्षण आवश्यक पनि छ।

यसरी खेलाडीबाट संकलन गरिएको नमुना डोपिङ परीक्षणका लागि कतार पठाइएको थियो। कतारमा डोपिङ परीक्षण गर्ने विशेष ल्याब रहेको हो। डोपिङ परीक्षणका लागि नमुना संकलन गर्न ‘एन्टी डोपिङ’ कमिटीले दुई वटा केन्द्र खडा गरेको थियो। एउटा केन्द्र फिस्टेल एकेडेमीमा र अर्को केन्द्र बुद्धचोकस्थित होटल टाक्स इन्टरनेसनलमा राखिएको थियो। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका खेलहरू विभिन्न स्थानमा छरिएर सञ्चालन भएकाले सहजताका लागि दुई वटा केन्द्र खडा गरिएको थियो।

डोपिङ परीक्षणका लागि भारोत्तोलन, फेन्सिङ, ह्यान्डबल, एथलेटिक्स, पौडी, फुलकन्ट्याक्ट कराते र उसुका खेलाडीको नमुना संकलन गरिएको थियो। खेलकुद क्षेत्रलाई प्रतिबन्धित औषधिको प्रयोगबाट मुक्त राख्न आगामी दिनमा अझ बढी संवेदनशील बन्ने नीति राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले लिएको छ।

खेलाडीलाई बिमाको सुरक्षा

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी हुने खेलाडी, प्रशिक्षक, निर्णायक र पदाधिकारीलाई ठुलो धनराशिको बिमाको सुविधा उपलब्ध गराइएको थियो। आधिकारिक रूपमा प्रतियोगितामा सहभागी हुने ९ हजार जनालाई बिमाको सुविधामा समेटिएको थियो। कुनै एउटै प्रतियोगितामा यति ठुलो संख्यामा खेलाडी, निर्णायक, प्रशिक्षक र पदाधिकारीलाई बिमाको सुविधा उपलब्ध गराइएको यो पहिलोपटक हो। प्रतियोगिताका क्रममा हुन सक्ने दुर्घटनालाई ध्यानमा राखी बिमाको सुरक्षा उपलब्ध गराइएको थियो। बिमाको विषयमा राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले राष्ट्रिय बिमा संस्थानसँग सम्झौता गरेको थियो।

राखेपका सदस्यसचिव टंकलाल घिसिङ र राष्ट्रिय बिमा संस्थानका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत शेखर बरालले सम्झौतापत्रमा हस्ताक्षर गर्नुभएको थियो। बिमित खेलाडीको संख्या ६ हजार रहेको थियो भने बाँकी तीन हजार निर्णायक, प्रशिक्षक, व्यवस्थापक, कर्मचारी, अफिसियलगायत रहेका थिए। बिमाको अवधि एक महिना रहेको थियो। प्रत्येकको १० लाख रूपैयाँ बराबरको बिमा गरिएको थियो।

पहिलो स्वर्ण पुलिसको पोल्टामा

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको पहिलो स्वर्ण नेपाल पुलिस क्लबले जितेको थियो। राष्ट्रिय खेलकुदअन्तर्गत भएको ३४औं राष्ट्रिय पुरुष क्रिकेट प्रतियोगिताको उपाधि पुलिस क्लबले जितेको थियो। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा छिनोफानो भएको त्यो नै पहिलो स्वर्ण पदक थियो। पुलिस क्लबले अर्को विभागीय टोली त्रिभुवन आर्मी क्लबलाई आठ विकेटले हराउँदै स्वर्ण पदक आफ्नो नाममा लेखाउन सफल भएको थियो। वर्षाका कारण आठ ओभरमा छोट्याइएको फाइनलमा आर्मीले दिएको एक सय ४ रनको लक्ष्य पुलिसले सात बल बाँकी रहँदै दुई विकेट गुमाएर पूरा गरेको थियो। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको औपचारिक उद्घाटन हुनुअघि नै पुरुष क्रिकेट सुरु भइसकेको थियो।

अन्तिम स्वर्ण एपिएफ क्लबलाई

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको अन्तिम स्वर्ण पदक सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफले जितेको थियो। विभागीय टोली एपिएफले अन्तिम स्वर्णका रूपमा पुरुष फुटबल प्रतियोगिताको उपाधि चुमेको थियो। नवौं संस्करणको समापन समारोहअघि पोखरा रंगशालामा भएको पुरुष फुटबलको फाइनलमा एपिएफले अर्को विभागीय क्लब त्रिभुवन आर्मीलाई सडन डेथमा हराउँदै उपाधि हात पारेको हो।

निर्धारित र थप गरिएको अतिरिक्त समयको खेल गोलरहित बराबरीमा सकिएपछि हारजितको निर्णय पेनाल्टी सुटआउटबाट गरिएको थियो।

कर्णालीमा भेट्ने बाचा गर्दै समापन

गण्डकी प्रदेशमा आयोजना भएको नेपाली खेलकुदको कुम्भमेला नवौं वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद २०७९ कात्तिक ३ गते सम्पन्न भएको थियो। गण्डकी प्रदेशको राजधानी पोखरा रंगशालामा विशेष समारोहकाबीच नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको समापन गरिएको हो।

'एकताबद्द देश, खेलकुदको सन्देश' भन्ने नाराको साथ आयोजना भएको नवौं संस्करण प्रधानमन्त्री एवं राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् (राखेप)का संरक्षक शेरबहादुर देउवाको प्रमुख आतिथ्यतामा समापन भएको थियो। नवौं संस्करणको उद्घाटन भने उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुनले गर्नुभएको थियो। समापन समारोहमा राष्ट्रिय खेलकुदको दशौं संस्करण आयोजनाका लागि कर्णाली प्रदेशलाई झण्डा हस्तान्तरण गरिएको थियो। दशौं संस्करण २०८१ सालको मंसिरमा आयोजना हुनेछ। प्रधानमन्त्री देउवाले दशौं संस्करण आयोजनाका लागि कर्णाली प्रदेशका सामाजिक विकासमन्त्री यज्ञबहादुर बिसीलाई झण्डा हस्तान्तरण गर्नुभएको थियो।

समापन समारोहमा नवौं संस्करणको टिम च्याम्पियन त्रिभुवन आर्मी क्लबलाई ट्रफी प्रदान गरिएको थियो । प्रधानमन्त्री देउवाले नेपाली सेनाका प्रधानसेनापति प्रभुराम शर्मालाई ट्रफी हस्तान्तरण गर्नुभएको थियो । राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा पहिलोपटक टिम च्याम्पियनका लागि ट्रफी बनाइएको हो । आर्मी एक सय ७२ स्वर्ण पदकसहित सर्वाधिक तीन सय ७१ पदक जितेर टिम च्याम्पियन बन्यो । प्रतियोगिताको समापन समारोह पनि भव्य नै भयो । समापन कार्यक्रममा ११ वटै टोलीका खेलाडी, प्रशिक्षक र पदाधिकारीले मार्चपास्ट गरेका थिए । स्थानीय संस्कृति झल्कने झाँकी पनि प्रस्तुत गरिएको थियो ।

विभिन्न कलाकारले नृत्य र सांगीतिक प्रस्तुती पनि दिएका थिए । भव्य समापन समारोहमा आतिसबाजी पनि गरिएको थियो । नवौं खेलकुदकै क्रममा पोखरामा बसेको राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् (राखेप)को बोर्ड बैठकले कर्णाली प्रदेशमा आयोजना हुने दशौं राष्ट्रिय खेलकुद २०८१ साल मंसिर २ देखि ९ गतेसम्म आयोजना गर्ने निर्णय पनि गरेको छ । प्रतियोगिताको समापन समारोहमा राखेपका सदस्यसचिव टंकलाल घिसिङले दशौं राष्ट्रिय खेलकुदको मिति घोषणा गरेका हुन् ।

राष्ट्रिय कीर्तिमानको ओइरो

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका क्रममा विभिन्न खेलमा खेलाडीहरूले थुप्रै राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाएका थिए । केही खेलाडीले आफ्नै नाममा रहेको कीर्तिमान सुधार गरे भने केही वर्षौं अघिका कीर्तिमान भंग गर्न पनि सफल भए । अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डलाई आधारमान्दा नवौं संस्करणमा कुल २८ कीर्तिमान बने । सबैभन्दा बढी भारोत्तोलन खेलमा १० खेलाडीले १६ वटा कीर्तिमान बनाए । भारोत्तोलनको ५५ केजी तौलसमूहमा त्रिभुवन आर्मी क्लबका तुलाराम महतोले क्लिन एन्ड जर्कतर्फ १ सय २ केजी भार उचालेर राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए । यसअघि उक्त कीर्तिमान १ सय १ केजीको थियो ।

यसैगरी नेपाल पुलिस क्लबका मुई लामाले ६१ केजी तौलसमूहमा स्न्याचतर्फ ९६ केजी भार उचाल्दै राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए । यसअघि उक्त कीर्तिमान ९५ केजीको थियो । आर्मीका राजु चौधरीले ६१ केजी तौलसमूहमा क्लिन एन्ड जर्कतर्फ एक सय २१ केजी भार उचाल्दै नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए । यसअघि उक्त कीर्तिमान १ सय २० केजीको थियो । भारोत्तोलनमै पुलिस क्लबका जुनुमाया छन्त्यालले ७१ केजी तौलसमूहमा दुई वटा कीर्तिमान बनाइन् । उनले स्न्याचतर्फ ७९ केजी र क्लिन एन्ड जर्कतर्फ ८९ केजी भार उचाल्दै कीर्तिमान बनाएकी हुन् । यसअघि स्न्याचतर्फ ६८ केजी र क्लिन एन्ड जर्कतर्फ ८८ केजीको कीर्तिमान थियो ।

पुलिसै विकास थापाले ८१ केजी तौलसमूहको क्लिन एन्ड जर्कतर्फ एक सय ३९ केजीको कीर्तिमान बनाए । यसअघि उक्त तौलसमूहमा क्लिन एन्ड जर्कतर्फ एक सय ३८ केजीको कीर्तिमान रहेको थियो । पुलिस क्लबकै तारादेवी पुनले महिला ८१ केजी तौलसमूहमा तीन वटा राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइन् । उनले स्न्याचतर्फ ७०, क्लिन एन्ड जर्कतर्फ एक सय २ र समग्रमा एक सय ७२ केजी तौल उचाल्दै कीर्तिमान बनाएकी हुन् । यसअघि उक्त तौलसमूहमा स्न्याचतर्फ ६५, क्लिन एन्ड जर्कतर्फ ८३ र समग्रमा १ सय ४८ केजीको कीर्तिमान थियो ।

भारोत्तोलनमै सुदूरपश्चिम प्रदेशका विकाश भट्टले ८९ केजी तौलसमूहमा तीन वटा कीर्तिमान बनाए । उनले स्न्याचतर्फ एक सय २४ केजी, क्लिन एन्ड जर्कतर्फ एक सय ४७ केजी र समग्रमा दुई सय ७१ केजी तौल उचाल्दै राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए । यसअघि उक्त तौलसमूहमा स्न्याचतर्फ एक सय २३ केजी, क्लिन एन्ड जर्कतर्फ एक सय ४६ केजी र समग्रमा दुई सय ६९ केजीको कीर्तिमान थियो । पुलिसका विशालसिंह बिष्टले ९६ केजी तौलसमूहमा क्लिन एन्ड जर्कतर्फ १ सय ६१ केजी भार उचाल्दै राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए ।

यसअघि उक्त कीर्तिमान एक सय ६० केजीको थियो । एक सय २ केजी तौलसमूहमा पुलिसकै सन्देश गुरुङले स्न्याचतर्फ एक सय १३ केजी भार उचाल्दै नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान स्थापित गरे । यसअघि उक्त कीर्तिमान एक सय ११ केजीको थियो । पुलिसकै विद्या राईको नाममा ८७ केजीमाथि स्न्याचतर्फ ७६ केजीको कीर्तिमान बन्यो । यसअघि उक्त कीर्तिमान ७५ केजीको थियो । नवौं संस्करणमा एथलेटिक्सतर्फ पनि आठ जना खेलाडीले विभिन्न स्पर्धामा ११ वटा राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए ।

आर्मीका सोमबहादुर कुमालले चार सय मिटर दौडमा ४६.९५ सेकेन्डको कीर्तिमान बनाएका हुन् । त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ४८.३२ सेकेन्ड (सन् १९९०) को हो । कर्णाली प्रदेशका दुर्गाबहादुर बुढाले तीन हजार मिटर स्टेपलचेज स्पर्धामा ८ मिनेट ५५.२ सेकेन्डको कीर्तिमान बनाए । त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ८ मिनेट ५७.३ सेकेन्ड (सन् २००४) को थियो । आर्मीका दीपक अधिकारीले १० हजार मिटर दौडमा ३० मिनेट १०.३ सेकेन्डको राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए । त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ३० मिनेट ३१.० सेकेन्ड (सन् २०१४) को थियो ।

एपिएफका सलिम देवानले लङजम्पतर्फ ७.०६ मिटरको नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए। त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ७ मिटर (सन् १९९९) को रहेको थियो। आर्मी क्लबकी सरस्वती चौधरीले एक सय मिटर दौडमा १२.१३ सेकेन्डको कीर्तिमान बनाइन्। हिट चरणको स्पर्धामा पनि उनले १२.१४ सेकेन्डको कीर्तिमान बनाएकी थिइन्। त्यसअघि उक्त कीर्तिमान १२.१९ सेकेन्ड (सन् १९९९) मा बनेको थियो। एपिएफकी रमिताकुमारी थारुले चार सय मिटर दौडमा ५८.१० सेकेन्डको राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइन्।

त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ५९.५७ सेकेन्ड (सन् २०१९) को रहेको थियो। एथलेटिक्सकै विभिन्न स्पर्धामा आर्मीकी जयरानी थारुले तीन वटा नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइन्। उनले महिला एक सय मिटर दौडमा १५.१६ सेकेन्डको कीर्तिमान बनाइन्। त्यसअघि उक्त कीर्तिमान १६.३८ सेकेन्ड (सन् २०१९) मा थियो। जयरानीले महिला ४ सय मिटर हर्डल्स स्पर्धामा एक मिनेट ०४.१ सेकेन्डको प्रदर्शनसहित राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइन्। त्यसअघि उक्त कीर्तिमान एक मिनेट ०६.२ सेकेन्ड (सन् २०२२) को थियो।

जयरानीले नै महिला लङजम्पमा ५.५८ मिटरको प्रदर्शन गर्दै राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइन्। त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ५.४७ मिटर (सन् २०२२) को थियो। महिला ज्याभलिन थ्रोमा पुलिसकी चन्द्रकला लामगाडेले ४६.६ मिटरको प्रदर्शनसहित नयाँ राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाइन्। त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ४५.२६ मिटर (सन् २०१९) को रहेको थियो। यसका अतिरिक्त नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा सुटिङ खेलमा पनि एउटा राष्ट्रिय कीर्तिमान बन्यो। आर्मीका सुजन रानामगरले पुरुष एकल १० मिटर एयर राइफलमा स्पर्धामा ६०८.१/६५४ को प्रदर्शन गर्दै राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाए। त्यसअघि उक्त कीर्तिमान ५९०.८/६५४ को रहेको थियो।

प्रविधिको प्रयोग

बदलिदो समय र परिवेशसँगै वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करणलाई प्रविधिमैत्री बनाउन सक्दो प्रयास गरिएको थियो। नवौं संस्करणलाई ध्यानमा राख्दै मोबाइल एप्लिकेसन तयार पारिएको थियो। मोबाइल एप्लिकेसनको मद्दतले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदप्रति चासो राख्ने हरेकले आफ्नो मोबाइल फोनमार्फत नै प्रतियोगिताको बारेमा सम्पूर्ण जानकारी प्राप्त गर्न सक्ने सुविधा उपलब्ध थियो। हरेक खेलका परिणामलाई तत्काल अपडेट गरिएको थियो।

यसैगरी नवौं राष्ट्रिय खेलकुदलाई लक्षित गरी छुट्टै वेबसाइट पनि

तयार गरिएको थियो। उक्त वेबसाइटमा नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको सम्पूर्ण जानकारी पाइन्थ्यो। यसका अतिरिक्त हालसम्म भएका राष्ट्रिय खेलकुदको बारेमा पनि जानकारी उपलब्ध थिए। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका लागि खेलाडी दर्ता प्रक्रियामा पनि नयाँ सुरुआत गरिएको थियो। प्रतियोगितामा सात वटै प्रदेश, तीन विभागीय टोली र गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) टिमको तर्फबाट सहभागी सम्पूर्ण खेलाडीको रजिस्ट्रेसन (दर्ता) अनलाइनमार्फत गर्ने व्यवस्था मिलाइएको थियो।

वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा अनलाइनमार्फत खेलाडी दर्ताको व्यवस्था गरिएको यो पहिलोपटक हो। सहभागी टोलीले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका लागि बनाइएको एप्लिकेसनबाटै आफ्ना खेलाडीको नाम दर्ता गराउन पाउने व्यवस्था मिलाइएको थियो। यसबाट राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी खेलाडीको तथ्यांक राख्न, नतिजा प्रकाशन गर्न र खेलाडीको तस्बिरसहितको एक्रिडिएसन कार्ड तयार पार्न सहज पनि भयो। यसैगरी अनलाइनमार्फत नै खेलाडीहरूको जानकारी प्राप्त गर्न पनि सहज भयो। अनलाइनमार्फत खेलाडी दर्ता गर्दा खेलाडीहरूको रेकर्ड व्यवस्थापनमा समेत सहजता मिल्यो। अनलाइनमार्फत भएका

दर्ताका आधारमा नै सम्बन्धीत खेलाडी, प्रशिक्षक, पदाधिकारी र निर्णायक लगायतका एक्रिडिएसन कार्ड तयार पारेर वितरण गरिएको थियो।

खेलाडीलाई नगद पुरस्कारको वृद्धि

उत्कृष्ट प्रदर्शनका लागि प्रोत्साहन गर्ने र मैदानमा प्रतिस्पर्धाको भावना बढाउने उद्देश्यले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा पदक जित्ने खेलाडीका लागि नगद पुरस्कारमा वृद्धि गरिएको थियो। त्यसबाहेक राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाउने खेलाडीलाई थप हौसला प्रदान गर्न अतिरिक्त नगद पुरस्कारमा पनि वृद्धि गरिएको थियो। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी विभिन्न खेलका व्यक्तिगत स्पर्धामा स्वर्ण पदक जित्ने खेलाडीलाई २५ हजार नगद पुरस्कारको व्यवस्था गरिएको थियो। यसैगरी टिम स्पर्धामा स्वर्ण पदक जित्ने टोलीका प्रत्येक खेलाडीलाई १५ हजार रूपैयाँ नगद पुरस्कार दिने व्यवस्था गरिएको थियो।

राष्ट्रिय कीर्तिमान बनाउने खेलाडीलाई ५० हजार रूपैयाँ नगद पुरस्कारको व्यवस्था गरिएको थियो। नगद पुरस्कारका अतिरिक्त प्रतियोगितामा स्वर्ण, रजत र कांस्य पदक जित्ने सम्पूर्ण खेलाडीलाई पदक र प्रमाणपत्रको व्यवस्था पनि गरिएको थियो। प्रतियोगितामा सहभागी स्थानीय, राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय निर्णायकहरूको योगदानको कदर गर्दै प्रसंशापत्रको व्यवस्था गरिएको थियो। टिम प्रशिक्षक र व्यवस्थापकका लागि पनि प्रसंशापत्रको व्यवस्था गरिएको थियो।

खेलाडीको विषयमा अनुसन्धान

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले नवौं संस्करणमा सहभागी खेलाडीहरूका विषयमा अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्न अनुसन्धान उपसमिति गठन गरेको थियो। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा यो उपसिमिति गठन गरिएको पहिलोपटक हो।

प्रतियोगितामा सहभागी भएका खेलाडीहरूको विभिन्न पक्षलाई समेटेर अनुसन्धान गर्ने उद्देश्यले यो उपसमिति गठन गरिएको हो। यो उपसमितिलाई खेलाडीहरूको आर्थिक, पारिवारिक, सामाजिक, मनोवैज्ञानिक अवस्थाको बारेमा अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्ने जिम्मेवारी दिइएको थियो। यस क्रममा उक्त उपसमितिले प्रतियोगितामा सहभागीमध्ये एक हजार एक जना खेलाडीको तथ्याङ्क संकलन गर्‍यो।

यो तथ्याङ्कको विश्लेषणले आगामी दिनमा खेलाडीहरूलाई केन्द्रमा राखेर नेपाली खेलकुदमा सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरूको विषयमा जानकारी उपलब्ध गराउन सहज हुनेछ। कुन खेलका खेलाडी कस्तो सामाजिक परिवेशबाट आएका हुन्, देशको कुन क्षेत्रबाट कुन खेलका खेलाडी बढी उत्पादन गर्न सकिन्छ, खेलाडीको आर्थिक अवस्था कस्तो छ, सामाजिक र भौगोलिक परिवेशले खेलाडीको प्रदर्शनमा कस्तो असर पार्छ भन्ने जस्ता महत्त्वपूर्ण विषयमा जानकारी प्राप्त गर्न यो अनुसन्धान महत्त्वपूर्ण साबित हुने विश्वास लिइएको छ।

कम र बढी उमेरका पदक बिजेता

शुभश्री श्रेष्ठ (१३ **वर्ष**)
(टेबलटेनिस, नेपाल पुलिस क्लब)

टासी छिरिङ (४८ **वर्ष**)
(गल्फ, बागमती प्रदेश)

कर्पोरेट क्षेत्रसँगको सहकार्य

राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक लि.
RASTRIYA BANIJYA BANK LTD.

NEPAL TELECOM

राष्ट्रिय बीमा संस्थान
Rastriya Beema Sansthan

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको अर्को महत्त्वपूर्ण विशेषता कर्पोरेट क्षेत्रसँगको सहकार्य बन्न पुगेको छ। कुनै पनि राष्ट्रिय खेलकुदमा कर्पोरेट क्षेत्रसँग सहकार्य भएको देखिँदैन। तर समग्र खेलकुदको विकास र विस्तारमा सरकारको मात्र लगानी र सहभागिता पर्याप्त हुँदैन। त्यसैले राज्यका विभिन्न निकायहरूसँगको सहकार्य आवश्यक हुन्छ। यही मान्यताका आधारमा नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा विभिन्न क्षेत्रसँग हातेमालो गर्ने प्रयास गरिएको हो। संस्था र कम्पनीहरूको बजार विस्तारका लागि खेलकुद सबैभन्दा भरपर्दो माध्यम हुन सक्छ। प्रतियोगितामार्फत प्रत्यक्ष रूपमा हजारौं दर्शक समक्ष आफ्नो प्रचार गराउन सहज हुन्छ। खेलकुदसँगको सहकार्यमा बजार विस्तार गर्न चाहनेहरूका लागि अवसर पनि हो। त्यसैले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक, नेपाल टेलिकम र राष्ट्रिय विमा संस्थान सहभागी भएका छन्। खेल स्थलहरूमा आफ्ना विज्ञापन बोर्डहरू राख्ने र सोबापत राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्लाई पनि आर्थिक सहयोग गर्ने गरी सहकार्य भएको थियो।

हामी सधैं सम्झिरहने छौं 'निसिम'

प्याराग्लाइडिङका पाइलट, विज्ञ र खेलमै सहभागी खेलाडीहरू नै भन्थे, 'निसिम थापा पदकका दाबेदार हुन् ।' आठौं राष्ट्रिय खेलकुदमा नै त्रिभुवन आर्मी क्लबबाट आबद्ध भएर निसिमले आफ्नो क्षमता देखाउँदै रजत जितेका थिए। त्यतिबेला उनले रजत मात्र जितेका थिएनन्, स्वर्णको लागि सम्भावनाका ढोका खुलै छ भनेर आफ्नो खेलबाट संकेत गरेका थिए।

तर, पछिल्ला दशकयता पोखराको आकाशमा उड्दै आइरहेका निसिमको खेलकै क्रममा दुर्घटनामा परेर निधन भयो। पश्चिमाञ्चल क्षेत्रीय अस्पतालमा पोस्टमार्टमपश्चात् रामघाटमा परम्परागत तरिकाले उनको अन्तिम दाहसंस्कार गरिएको थियो। नेपाली खेलकुद इतिहासमा प्याराग्लाइडिङको प्रतिस्पर्धा आठौं राष्ट्रिय खेलकुददेखि मात्रै समावेश गरिएको थियो। २०७५ सालमा सम्पन्न आठौंमा पहिलोपटक प्याराग्लाइडिङ खेल समावेश भएको हो। त्यतिबेला २५ वर्षे निसिमले आर्मीबाट क्रसकन्ट्री टिम इभेन्टमा रजत जिते।

विभागीय टोलीबाट खेलेर रजत जित्दै गर्दा उनको लक्ष्य थियो, आगामी संस्करणमा पनि भाग लिने र स्वर्ण जित्ने। सोही लक्ष्यअनुसार खुलेको आकाशमा निसिमले सराङकोटको डाँडाबाट उडान भरे। करिब १०० मिटर माथि पुगेपछि उनको ग्लाइडर खुलेन।

आकाशमा उडेका उनी केही समयमा नै जमिनको नजिकै आए र बजारिन पुगे। दुर्घटनाग्रस्त भएका उनलाई तत्कालै

उपचारका लागि मेट्रोसिटी अस्पताल लगियो। तर, टाउकोमा चोट लागेका उनलाई अस्पतालले मृत घोषणा गरिदियो। उनलाई रेफ्री सुरेन गुरुङले आकाशबाटै हेर्दै थिए। प्रतियोगिता सुरु गर्नुअघि आवश्यक तयारी पूरा गरिन्छ। हावाको चाप र मौसमको अवस्था बुझ्न सबैभन्दा पहिला रेफ्री सुरेन प्याराग्लाइडिङमा उडे। उनले नै हावाको चाप नर्मल भएपछि निसिमलाई उडान अनुमति दिएका थिए।

तर, पोखरेली आकाशमा सिकेको प्याराग्लाइडिङ उनको लागि अनुकुल भएन र दुर्घटनमा परे। देशले पनि राम्रो खेलाडी गुमाउन पुग्यो। प्याराग्लाइडिङ खेलाडीका रूपमा अन्तर्राष्ट्रिय मान्यता पाएका पाइलट निसिमले नेपालमा मात्र होइन, भारत, इन्डोनेसिया, कोरिया लगायतका देशमा पनि प्याराग्लाइडिङ प्रतियोगितामा भाग लिएका थिए। स्वर्ण जित्ने उनको लक्ष्य पनि पूरा हुन सकेन। यद्यपि, राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् (राखेप) ले उनलाई मानार्थ स्वर्ण पदक प्रदान गर्‍यो।

पहिलो पटक मानार्थ स्वर्ण पदक

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको प्याराग्लाइडिङमा प्रतिस्पर्धा गर्ने क्रममा खसेर मृत्यु भएका त्रिभुवन आर्मी क्लबका खेलाडी निसिम थापाको अर्धकदको शालिक राख्नुको साथै मानार्थ स्वर्ण पदक प्रदान गर्ने निर्णय राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् (राखेप) ले गरेको थियो। उक्त अप्रिय घटनापछि पोखरामै बसेको राखेपको बोर्ड बैठकले पोखरा रंगशालाको हाताभित्र निसिमको अर्धकदको शालिक राख्ने निर्णय गरेको थियो। यसैगरी प्याराग्लाइडिङ दुर्घटनामा मृत्यु भएका निसिमप्रति सम्मान जनाउन उनलाई मानार्थ स्वर्ण पदक प्रदान गर्ने निर्णय पनि बैठकले गरेको थियो।

नेपाली खेलकुदको इतिहासमा कुनै पनि खेलाडीप्रति सम्मान व्यक्त गर्दै मानार्थ स्वर्ण पदक प्रदान गर्ने निर्णय पहिलोपटक गरिएको हो। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा निसमले प्याराग्लाइडिङको पुरुष क्रस कन्ट्री स्पर्धामा भाग लिएका थिए। खेलका क्रममा उडेको केही मिनेटमै निसिमको प्याराग्लाइडिङ खसेर मृत्यु भएको थियो।

नवौं संस्करणका नायकहरू

डुवाना लामा
(पौडी)

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा सबैभन्दा बढी स्वर्ण पदक जितेर इतिहास रच्ने खेलाडी बनिन्, डुवाना लामा। उनी एक्लैले प्रतियोगितामा ९ वटा स्वर्ण पदक चुमिन्। यसका अतिरिक्त उनले एक रजत पदक पनि हात पारिन्।

पौडीमा कुल ३५ स्वर्ण पदकका लागि प्रतिस्पर्धा भएको थियो। त्रिभुवन आर्मी क्लबका लागि खेलेकी १६ वर्षीया डुवानाले २ सय मिटर मिड्ले, ५० मिटर ब्रेस्टस्ट्रोक, २ सय मिटर फ्रिस्टाइल, ४ सय मिटर फ्रिस्टाइल रिले, २ सय मिटर ब्रेस्टस्ट्रोक, ८ सय मिटर फ्रिस्टाइल रिले, ४ सय मिटर फ्रिस्टाइल, १ सय मिटर ब्रेस्टस्ट्रोक र मिक्स ४ सय मिटर रिलेमा स्वर्ण जितेकी हुन्। उनले ५० मिटर बटरफ्लाइ स्पर्धामा भने रजत पदक जितिन्।

तीन वर्षअघि नेपालगञ्जमा भएको आठौं राष्ट्रिय खेलकुदमा पनि उनले पाँच स्वर्ण र ६ रजत पदक जितेकी थिइन्। यसैगरी नेपालमै आयोजना भएको १३औं दक्षिण एसियाली खेलकुदमा पनि उनले दुई रजत र तीन कांस्य पदक जितेकी थिइन्। त्यतिबेला उनी १३ वर्षकी थिइन्।

००००

नासिर याहा हुसेन
(पौडी)

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा त्रिभुवन आर्मी क्लबको तर्फबाट भाग लिएका पौडी खेलाडी नासिर याहा हुसेनको प्रदर्शन पनि उत्कृष्ट रह्यो। उनले प्रतियोगितामा कुल १० पदक जिते। सात वटा स्वर्ण पदक हात पारेका नासिरले दुई रजत र एक कांस्य पदक पनि आफ्नो पोल्टामा पारे। आर्मी क्लबले फ्रिस्टाइल ४×१०० मिटर मिक्स रिले स्पर्धामा स्वर्ण पदक जित्दा उनी टोलीका महत्त्वपूर्ण खेलाडी रहे। आर्मी क्लबलाई पुरुष फ्रिस्टाइल ४×१०० मिटर रिले स्पर्धामा स्वर्ण पदक जिताउन पनि नासिरको योगदान महत्त्वपूर्ण रह्यो। यसैगरी उनले पुरुष एक सय मिटर बटरफ्लाई, १५ सय मिटर फ्रिस्टाइल, दुई सय मिटर फ्रिस्टाइल, ४ सय मिटर फ्रिस्टाइल र पुरुष दुई सय मिटर मिड्ले स्पर्धामा पनि स्वर्ण पदक चुमे। यसका अतिरिक्त उनले प्रतियोगितामा दुई रजत र एक कांस्य पदक पनि हात पारेका थिए।

००००

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा स्वर्ण पदकमा पौडीका खेलाडी एस्ले सापकोटा र आशिष सापकोटा निकै चर्चामा रहे। एस्ले र आशिष दिदीभाइ हुन्। उनीहरूले गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) बाट प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। एनआरएनएले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा जितेको कुल १० स्वर्णमध्ये यी दिदीभाइले

एस्ले सापकोटा
(पौडी)

आशिष सापकोटा
(पौडी)

नै ९ स्वर्ण पदक दिलाए। एनआरएनए टोलीलाई यो सफलता दिलाउन पौडी खेलाडीको भूमिका महत्त्वपूर्ण रह्यो। यही नतिजाका कारण पनि नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी ११ टोलीको प्रतिस्पर्धामा एनआरएनए आठौं स्थान प्राप्त गर्न सफल भयो। एस्लेले प्रतियोगितामा कुल आठ पदक जित्दा उनका भाइ आशिषको प्रदर्शन पनि उत्कृष्ट रह्यो। आशिषले प्रतियोगितामा तीन स्वर्ण पदक व्यक्तिगत स्पर्धामा जितेका थिए। यता, एस्लेले जितेको पदकमा स्वर्णको संख्या ६ र रजत संख्या २ रह्यो। उनले ६ वटै स्वर्ण पदक व्यक्तिगत स्पर्धामा जितेकी हुन्। महिला ५० मिटर बटरफ्लाई स्पर्धामा स्वर्ण जितेकी एस्लेले एक सय मिटर फ्रिस्टाइल स्पर्धामा पनि स्वर्ण पदक चुमेकी थिइन्।

यसैगरी उनले महिला दुई सय मिटर ब्याक स्ट्रोक, एक सय मिटर बटरफ्लाई र ५० मिटर फ्रिस्टाइल र आठ सय मिटर फ्रिस्टाइल स्पर्धामा स्वर्ण पदक चुमिन्। यसका अतिरिक्त उनले दुई रजत

पदक पनि हात पारेकी थिइन् । आशिषले भने पुरुष दुई सय मिटर ब्रेस्ट स्ट्रोक र पुरुष दुई सय मिटर बटरफ्लाई स्पर्धामा स्वर्ण पदक जितेका थिए । उनले पुरुष व्यक्तिगत चार सय मिटर मिड्ले स्पर्धामा पनि स्वर्ण पदक हात पारेका थिए ।

oooo

जयरानी थारु
(एथलेटिक्स)

राष्ट्रिय खेलकुदको नवौं संस्करणमा गतिलो चर्चा बटुल्ने अर्की खेलाडी हुन्, जयरानी थारु । एथलेटिक्स खेलाडी जयरानीले प्रतियोगितामा सतप्रतिशत नतिजा निकालिन् । अर्थात्, आफूले सहभागिता जनाएको सबै स्पर्धामा उनले स्वर्ण पदक जितिन् । तीन स्पर्धामा त उनले आफ्नै नाममा रहेको राष्ट्रिय कीर्तिमान पनि भंग गरिन् । त्रिभुवन आर्मी क्लबकी २१ वर्षीया जयरानीले व्यक्तिगततर्फ चार सय मिटर र एक सय मिटर हर्डल्स तथा लङजम्पमा कीर्तिमानसहित स्वर्ण जितिन् । ४ गुणा १ सय मिटर रिले र ४ गुणा ४ सय मिटर रिलेमा भने उनले अन्य खेलाडीसँग मिलेर आर्मी क्लबका लागि स्वर्ण जितिन् ।

बर्दियामा जन्मिएकी जयरानी गत असारमा आयोजित ४४औं राष्ट्रिय एथलेटिक्समा पनि तीन स्वर्ण जितेर सर्वोत्कृष्ट खेलाडी बनेकी थिइन् । पाँच स्वर्ण जितेपछि उत्साही बनेकी जयरानीले भविष्यमा देशको प्रतिनिधित्व गर्दै ओलम्पिक खेल्ने सपना बुनेकी छन् । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा उनी एथलेटिक्सको महिलातर्फ उत्कृष्ट खेलाडी पनि बनिन् । यसअघि सातौं राष्ट्रिय खेलकुदमा इटहरी रंगशालामा खाली खुट्टा दौडिएर उनी चर्चित बनेकी थिइन् । आठौं राष्ट्रिय खेलकुदमा भने उनले स्वर्ण पदक जित्न सकेकी थिइनन् ।

oooo

अभिलाषा विष्ट
(टेनिस)

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदअन्तर्गत लनटेनिसमा अभिलाषा विष्टले चार वटा स्वर्ण पदक जितिन् । उनी लन टेनिसमा सबैभन्दा बढी स्वर्ण जित्ने खेलाडी पनि बनिन् । त्रिभुवन आर्मी क्लबकी अभिलाषाले सहभागी भएको चार वटै स्पर्धामा स्वर्ण जितेकी हुन् । उनले महिला सिंगल्स, महिला डबल्स, महिला टिम इभेन्ट र मिक्स डबल्स गरी चार इभेन्टमा स्वर्ण जितेका हुन् । महिला सिंगल्समा उनले आफ्नै क्लबकी आइरा महर्निषा रावतलाई सोझो सेटमा हराएर स्वर्ण जित्दा महिला डबल्समा भने आइरासँग मिलेर स्वर्ण जितेकी हुन् । मिक्स डबल्समा भने अभिलाषाले प्रणव खनालसँग मिलेर स्वर्ण जितिन् ।

oooo

शिवराज पार्की
(एथलेटिक्स)

एथलेटिक्स खेलमा लागेकाहरू सामान्यतः उमेर बढ्दै गएपछि लामो दूरीतिर ढल्किन्छन् । तर, शिवराज पार्की यस्ता अपवाद हुन् जसले मध्यम दूरीको आफ्नो विधा छाडेर स्प्रिन्ट सुरु गरे । त्यसमा उनी खरो पनि उत्रिए । उनी १ सय मिटर दौडमा च्याम्पियन बन्ने सबैभन्दा पाका धावक हुन् ।

शिवराज लामो दूरीका चर्चित धावक गोपीचन्द्र पार्कीका कान्छा भाइ पनि हुन् । शिवराजले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदअघि काठमाडौंमा भएको राष्ट्रिय एथलेटिक्स च्याम्पियनसिपमा १ सय र २ सय मिटरमा स्वर्ण जितेका थिए । आफ्नो त्यही लयलाई उनले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा पनि निरन्तरता दिन सके । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदअन्तर्गत पोखरामा भएको एथलेटिक्समा उनले तीन स्वर्ण र एक रजत पदक जिते । उनले १ सय र २ सय मिटरका साथै ४ गुणा १ सय मिटर रिलेमा पनि स्वर्ण पदक जितेका हुन् । ४ गुणा ४ सय मिटर रिलेमा उनीसहितको एपिएफ टिमले रजत जित्यो ।

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा शिवराजसँगै उनका दाजु गोपीचन्द्रले पनि स्वर्ण पदक जिते । नवौंमा स्वर्ण जितेपछि शिवराजले दक्षिण एसियाली खेलकुद र एसियाली खेलकुदमा राष्ट्रको प्रतिनिधित्व गर्दै उत्कृष्ट प्रदर्शनको लक्ष्य लिएका छन् ।

oooo

नेपाली भारोत्तोलनमा प्रभावशाली नाम हो, तारादेवी पुन । उनी नेपालको 'स्ट्रङगेस्ट' महिला खेलाडी पनि हुन् । भारोत्तोलन खेलमा सबैभन्दा बढी तौल उचाल्ने खेलाडीलाई यो उपाधि दिइन्छ । उनले लामो समयदेखि 'स्ट्रङगेस्ट' खेलाडीको उपाधि आफ्नो पोल्टामा पार्दै आएकी छन् ।

तारादेवी पुन
(भारोत्तोलन)

उमेरले ४० वर्ष लागे पनि उनको उत्साह र खेलमा कुनै कमी आएको छैन । त्यसैको प्रतिफल हो, उनले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा तीन वटा राष्ट्रिय कीर्तिमानसहित स्वर्ण पदक जितिन् । उनले क्लिन एन्ड जर्कमा १ सय २ केजी, स्न्याचमा ७० केजी र समग्रमा १ सय ७२ केजी भार उचाल्दै तीन वटा राष्ट्रिय कीर्तिमानसहित स्वर्ण जितेकी हुन् ।

तारादेवी एक सय केजीभन्दा बढी भार उचाल्ने महिला खेलाडी हुन् । उनले लगातार ६ पटक राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागिता जनाइन् । पहिलो पटक राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागी हुँदा उनी भलिबल खेलाडी थिइन् । २०५४ सालमा नेपालगञ्जमा भएको चौथो राष्ट्रिय खेलकुदमा उनी सम्मिलित भलिबल टोलीले स्वर्ण पदक जितेको थियो ।

२०५८ सालपछि भारोत्तोलन खेलमा लागेकी तारादेवीले २०६५ सालमा काठमाडौंमा भएको पाँचौं, २०६८ मा धनगढीमा भएको छैटौं, २०७३ मा विराटनगरमा भएको सातौं र २०७६ मा नेपालगञ्जमा भएको आठौं राष्ट्रिय खेलकुदमा भारोत्तोलन खेलबाटै स्वर्ण जितेकी थिइन् ।

००००

प्रिन्स दाहाल
(ब्याडमिन्टन)

नेपाली खेलकुदमा सानै उमेरमा ठुलो चर्चा कमाउने खेलाडी हुन्, ब्याडमिन्टनका प्रिन्स दाहाल । उनी विश्व ब्याडमिन्टनको जुनियर वरीयतामा शीर्ष स्थानसम्म पुग्ने एक मात्र नेपाली खेलाडी हुन् । यो सफलताले उनलाई सानो उमेरमै चर्चाको शिखरमा पुऱ्याएको थियो ।

विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरेर थुप्रै पदक जितिसकेका प्रिन्स वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदमा स्वर्ण जित्ने प्रतीक्षामा थिए । उनले आफ्नो त्यो सपना पनि नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा पूरा गरेका छन् । प्रिन्सले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा २ स्वर्ण र १ कांस्य पदक जित्दै आफ्नो क्षमता प्रदर्शन गरे ।

जुनियरमै हुँदा पनि उनले नेपालका राष्ट्रिय स्तरको प्रतियोगितामा सिनियर खेलाडीलाई हराउन थालिसकेका थिए ।

नवौंअन्तर्गत पोखरामा भएको ब्याडमिन्टन प्रतियोगितामा उनले पुरुष एकल र डबल्स स्पर्धामा स्वर्ण पदक जितेका हुन् । नवौं राष्ट्रिय खेलकुद सुरु हुनुअघि मात्र विभागीय टोली नेपाल पुलिस क्लबमा आबद्ध भएका प्रिन्ससहितको टिमले कांस्य पदक जित्यो । उनले सन् २०२४ को पेरिस ओलम्पिकका लागि ओलम्पिक सोलिडारिटी स्कलरसिप पाएका छन् । नवौं सुरु हुनुअघि उनी मलेसियामा प्रशिक्षण लिएर फर्किएका थिए ।

००००

नविता श्रेष्ठ
(टेवलटेनिस)

नविता श्रेष्ठ महिला टेबलटेनिसकी प्रभावशाली खेलाडी हुन् । टेबलटेनिसको महिलातर्फ उनले लामो समयदेखि आफ्नो दबदबा कायम राख्दै आएकी छन् । नेपाल पुलिस क्लबकी खेलाडी नविताले नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा पनि त्यो लयलाई कायम राखिन् ।

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा उनले दुई स्वर्ण र एक रजत पदक चुमिन् । प्रतियोगिता सुरु हुनुअघि डेंगु संक्रमण भएका कारण उनी आफ्नो प्रदर्शनलाई लिएर केही चिन्तित थिइन् । यति हुँदाहुँदै पनि उनले आफ्नो प्रदर्शनमा कुनै कमी आउन दिइनन् । उनले महिला एकलतर्फ एलिना महर्जनलाई हराएर स्वर्ण पदक जितिन् । एलिना नविताकी नन्द पनि हुन् । वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदमा नविताको यो लगातार चौथो स्वर्ण पदक हो । उनले २०६८ सालमा धनगढीमा भएको छैटौं राष्ट्रिय खेलकुददेखि लगातार स्वर्ण जित्दै आएकी छन् ।

२०६७ सालमा पहिलोपल्ट राष्ट्रिय च्यम्पियन बनेकी नविता समग्रमा ९ पटककी राष्ट्रिय च्याम्पियन खेलाडी हुन् । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा नविता सम्मिलित नेपाल पुलिस क्लबको टोलीले महिला टिम इभेन्टमा पनि स्वर्ण जित्यो । महिला डबल्समा भने नविताको जोडीले रजत पदक जित्यो ।

००००

नवौंमा समावेश खेल र पदक तालिका

Archery

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Gandaki Pradesh	7	4	1	12
2	Tribhuvan Army Club	3	1	4	8
3	APF	2	3	4	9
4	Nepal Police Club	1	2	1	4
5	Pradesh 1	0	2	0	2
6	Sudur Pashchim Pradesh	0	1	1	2
7	NRNA	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	1	1

Athletics

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army	19	13	13	45
2	APF	10	10	10	30
3	Nepal Police Club	2	7	6	15
4	Lumbini Pradesh	2	4	1	7
5	Bagmati Pradesh	2	1	4	7
6	Gandaki Pradesh	1	1	2	4
7	Karnali Pradesh	1	1	0	2
8	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
9	Pradesh 1	0	0	0	0
10	NRNA	0	0	0	0
11	Madhesh Pradesh	0	0	0	0

Badminton

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army	5	3	3	11
2	Nepal Police Club	2	2	2	6
3	APF	0	2	1	3
4	NRNA	0	0	1	1
5	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
6	Gandaki Pradesh	0	0	2	2
7	Lumbini Pradesh	0	0	1	1
8	Pradesh 1	0	0	3	3
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	0	0

Basketball

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	APF	2	1	0	3
2	Tribhuvan Army Club	1	1	1	3
3	Gandaki Pradesh	1	1	2	4
4	Bagmati Pradesh	0	1	1	2
5	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
6	Pradesh 1	0	0	0	0
7	NRNA	0	0	0	0
8	Nepal Police Club	0	0	0	0
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Body Building

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	5	1	1	7
2	Gandaki Pradesh	3	0	0	3
3	APF	1	3	2	6
4	Nepal Police Club	1	1	3	5
5	Pradesh 1	1	0	1	2
6	Lumbini Pradesh	0	2	2	4
7	Bagmati Pradesh	0	2	1	3
8	Madhesh Pradesh	0	2	0	2
9	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
10	NRNA	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Boxing

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	12	4	3	19
2	APF	4	4	6	14
3	Bagmati Pradesh	3	5	9	17
4	Pradesh 1	1	3	3	7
5	NRNA	1	1	1	3
6	Nepal Police Club	1	1	1	3
7	Gandaki Pradesh	1	1	6	8
8	Sudur Pashchim Pradesh	0	2	6	8
9	Lumbini Pradesh	0	2	9	11
10	Karnali Pradesh	0	0	2	2
11	Madhesh Pradesh	0	0	0	0

Chess

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	5	3	2	10
2	Nepal Police Club	1	2	1	4
3	Pradesh 1	0	1	2	3
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	NRNA	0	0	0	0
6	Gandaki Pradesh	0	0	1	1
7	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
8	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
9	Karnali Pradesh	0	0	0	0
10	Bagmati Pradesh	0	0	0	0
11	APF	0	0	0	0

Cricket

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Nepal Police Club	2	0	0	2
2	Tribhuvan Army Club	0	1	0	1
3	APF	0	1	0	1
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
5	Pradesh 1	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
8	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
9	Karnali Pradesh	0	0	0	0
10	Gandaki Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	1	1

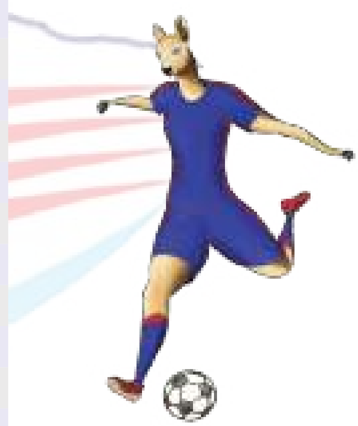
Cycling

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	4	4	3	11
2	APF	2	3	4	9
3	Bagmati Pradesh	1	1	0	2
4	Gandaki Pradesh	1	0	1	2
5	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
6	Pradesh 1	0	0	0	0
7	NRNA	0	0	0	0
8	Nepal Police Club	0	0	0	0
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Fencing

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	5	5	7	17
2	Bagmati Pradesh	4	3	1	8
3	APF	2	4	7	13
4	Sudur Pashchim Pradesh	1	0	2	3
5	Pradesh 1	0	0	3	3
6	NRNA	0	0	0	0
7	Nepal Police Club	0	0	0	0
8	Gandaki Pradesh	0	0	4	4
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Football



Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	APF	2	0	0	2
2	Nepal Police Club	0	1	0	1
3	Tribhuvan Army Club	0	1	1	2
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	NRNA	0	0	0	0
6	Gandaki Pradesh	0	0	1	1
7	Pradesh 1	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	0	0

Full Contact Karate

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Gandaki Pradesh	4	2	3	9
2	Tribhuvan Army Club	3	5	1	9
3	APF	3	0	5	8
4	Nepal Police Club	1	1	3	5
5	Madhesh Pradesh	1	0	4	5
6	Bagmati Pradesh	0	3	1	4
7	Sudur Pashchim Pradesh	0	1	3	4
8	NRNA	0	0	1	1
9	Lumbini Pradesh	0	0	1	1
10	Karnali Pradesh	0	0	1	1
11	Pradesh 1	0	0	1	1

Golf

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Bagmati Pradesh	3	2	0	5
2	Tribhuvan Army Club	1	0	1	2
3	Pradesh 1	0	2	2	4
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	NRNA	0	0	0	0
6	Nepal Police Club	0	0	0	0
7	Gandaki Pradesh	0	0	1	1
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	APF	0	0	0	0

Gymnastic

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	8	7	3	18
2	APF	4	6	4	14
3	Bagmati Pradesh	1	0	3	4
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	Pradesh 1	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Nepal Police Club	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Gandaki Pradesh	0	0	0	0

Handball

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	1	1	0	2
2	Gandaki Pradesh	1	0	1	2
3	APF	0	1	1	2
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	Pradesh 1	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Nepal Police Club	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	0	0

Hockey

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	2	0	0	2
2	Nepal Police Club	0	1	0	1
3	Gandaki Pradesh	0	1	1	2
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
5	Pradesh 1	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
8	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
9	Karnali Pradesh	0	0	0	0
10	Bagmati Pradesh	0	0	0	0
11	APF	0	0	0	0

ITF Taekwondo

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	13	8	3	24
2	Bagmati Pradesh	6	3	3	12
3	Gandaki Pradesh	5	7	2	14
4	Pradesh 1	3	2	4	9
5	Lumbini Pradesh	1	4	8	13
6	APF	1	3	3	7
7	Karnali Pradesh	0	2	2	4
8	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
9	NRNA	0	0	0	0
10	Nepal Police Club	0	0	4	4
11	Madhesh Pradesh	0	0	1	1

Judo

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	9	6	3	18
2	Nepal Police Club	6	3	8	17
3	Bagmati Pradesh	0	2	5	7
4	APF	0	2	0	2
5	Lumbini Pradesh	0	1	1	2
6	Madhesh Pradesh	0	1	1	2
7	NRNA	0	0	1	1
8	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	2	2
9	Karnali Pradesh	0	0	1	1
10	Pradesh 1	0	0	1	1
11	Gandaki Pradesh	0	0	0	0

Kabaddi

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	2	0	0	2
2	Nepal Police Club	0	1	1	2
3	Lumbini Pradesh	0	1	1	2
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
5	NRNA	0	0	0	0
6	APF	0	0	1	1
7	Pradesh 1	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Karnali Pradesh	0	0	0	0
10	Gandaki Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	0	0

Karate

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Nepal Police Club	9	3	5	17
2	APF	5	1	7	13
3	Tribhuvan Army Club	2	6	1	9
4	Bagmati Pradesh	2	2	4	8
5	Sudur Pashchim Pradesh	1	0	6	7
6	Gandaki Pradesh	0	3	3	6
7	Pradesh 1	0	3	6	9
8	Lumbini Pradesh	0	1	3	4
9	NRNA	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	2	2
11	Madhesh Pradesh	0	0	1	1

Kho Kho

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Lumbini Pradesh	1	1	0	2
2	Tribhuvan Army Club	1	1	0	2
3	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
4	Pradesh 1	0	0	0	0
5	NRNA	0	0	0	0
6	Nepal Police Club	0	0	0	0
7	Karnali Pradesh	0	0	0	0
8	Gandaki Pradesh	0	0	0	0
9	Bagmati Pradesh	0	0	1	1
10	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
11	APF	0	0	0	0

Lawn Tennis

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	4	3	4	11
2	Gandaki Pradesh	3	0	1	4
3	NRNA	0	1	0	1
4	APF	0	1	3	4
5	Nepal Police Club	0	1	2	3
6	Bagmati Pradesh	0	1	4	5
7	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
8	Pradesh 1	0	0	0	0
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Paragliding

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Gandaki Pradesh	3	2	0	5
2	Tribhuvan Army Club	3	2	2	7
3	APF	0	2	0	2
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	Pradesh 1	0	0	2	2
6	NRNA	0	0	0	0
7	Nepal Police Club	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	2	2

Rugby

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	APF	1	1	0	2
2	Tribhuvan Army Club	1	0	0	1
3	Lumbini Pradesh	0	1	0	1
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
5	Pradesh 1	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Nepal Police Club	0	0	0	0
8	Gandaki Pradesh	0	0	1	1
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	0	0

Sepak Takraw

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	5	0	1	6
2	Bagmati Pradesh	1	2	2	5
3	Gandaki Pradesh	0	3	2	5
4	Pradesh 1	0	1	1	2
5	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Nepal Police Club	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	APF	0	0	0	0

Shooting

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	8	1	1	10
2	Nepal Police Club	1	1	3	5
3	Lumbini Pradesh	1	1	0	2
4	Bagmati Pradesh	0	4	4	8
5	Gandaki Pradesh	0	3	1	4
6	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	1	1
7	Pradesh 1	0	0	0	0
8	NRNA	0	0	0	0
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	APF	0	0	0	0

Soft Tennis

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Pradesh 1	3	1	2	6
2	APF	2	0	1	3
3	Nepal Police Club	1	1	2	4
4	Bagmati Pradesh	0	3	4	7
5	Lumbini Pradesh	0	1	2	3
6	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
7	NRNA	0	0	0	0
8	Tribhuvan Army Club	0	0	0	0
9	Gandaki Pradesh	0	0	1	1
10	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Squash

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Gandaki Pradesh	2	0	2	4
2	Bagmati Pradesh	1	3	2	6
3	Pradesh 1	0	0	0	0
4	NRNA	0	0	0	0
5	APF	0	0	1	1
6	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
7	Nepal Police Club	0	0	0	0
8	Tribhuvan Army Club	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	1	1
10	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Swimming

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	20	9	7	36
2	NRNA	9	6	1	16
3	APF	3	4	6	13
4	Pradesh 1	2	4	1	7
5	Nepal Police Club	1	8	10	19
6	Bagmati Pradesh	0	4	10	14
7	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
8	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Gandaki Pradesh	0	0	0	0

Table Tennis

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Nepal Police Club	6	2	2	10
2	APF	1	3	2	6
3	Tribhuvan Army Club	0	1	3	4
4	Bagmati Pradesh	0	1	2	3
5	NRNA	0	0	2	2
6	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
7	Gandaki Pradesh	0	0	1	1
8	Pradesh 1	0	0	2	2
9	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
10	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Taekwondo

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Nepal Police Club	11	4	1	16
2	Tribhuvan Army Club	6	8	2	16
3	APF	3	2	9	14
4	Madhesh Pradesh	1	2	5	8
5	Lumbini Pradesh	0	2	4	6
6	Sudur Pashchim Pradesh	0	1	0	1
7	NRNA	0	1	0	1
8	Bagmati Pradesh	0	1	3	4
9	Gandaki Pradesh	0	0	7	7
10	Karnali Pradesh	0	0	3	3
11	Pradesh 1	0	0	8	8

Triathlon

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	2	2	3	7
2	Nepal Police Club	1	1	1	3
3	APF	1	1	0	2
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	Pradesh 1	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
8	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
9	Karnali Pradesh	0	0	0	0
10	Gandaki Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	0	0

Volleyball

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	APF	2	0	0	2
2	Nepal Police Club	0	1	1	2
3	Tribhuvan Army Club	0	1	0	1
4	Sudur Pashchim Pradesh	0	0	0	0
5	Pradesh 1	0	0	0	0
6	NRNA	0	0	0	0
7	Madhesh Pradesh	0	0	0	0
8	Lumbini Pradesh	0	0	0	0
9	Karnali Pradesh	0	0	0	0
10	Gandaki Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	1	1

Weightlifting

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Nepal Police Club	12	7	0	19
2	Tribhuvan Army Club	4	4	5	13
3	Sudur Pashchim Pradesh	3	0	3	6
4	APF	1	6	2	9
5	Gandaki Pradesh	0	1	1	2
6	Madhesh Pradesh	0	1	7	8
7	Bagmati Pradesh	0	1	0	1
8	NRNA	0	0	0	0
9	Lumbini Pradesh	0	0	2	2
10	Pradesh 1	0	0	0	0
11	Karnali Pradesh	0	0	0	0

Wrestling

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	6	3	5	14
2	Sudur Pashchim Pradesh	5	1	3	9
3	APF	4	2	4	10
4	Madhesh Pradesh	3	2	6	11
5	Nepal Police Club	1	7	6	14
6	Lumbini Pradesh	1	1	3	5
7	Pradesh 1	0	3	4	7
8	Gandaki Pradesh	0	1	5	6
9	NRNA	0	0	0	0
10	Karnali Pradesh	0	0	0	0
11	Bagmati Pradesh	0	0	0	0

Wushu

Rank	Name	Gold	Silver	Bronze	Total
1	Tribhuvan Army Club	12	5	5	22
2	APF	9	6	0	15
3	Nepal Police Club	1	3	9	13
4	Karnali Pradesh	1	1	1	3
5	Sudur Pashchim Pradesh	0	4	8	12
6	Bagmati Pradesh	0	2	5	7
7	Gandaki Pradesh	0	1	4	5
8	Pradesh 1	0	1	4	5
9	NRNA	0	0	0	0
10	Lumbini Pradesh	0	0	1	1
11	Madhesh Pradesh	0	0	1	1

खेल भएका जिल्ला

कास्की	म्याग्दी	बाग्लुङ	पर्वत	स्याङ्जा
नवलपुर	तनहुँ	गोरखा	काठमाडौं	ललितपुर

खेलाडी संख्या

पुरुष : ३४१४
महिला : २७१३
कुल : ६१२७

सहभागी टोलीहरू

प्रदेश १ (हाल कोशी प्रदेश)
मधेश प्रदेश
बागमती प्रदेश
गण्डकी प्रदेश
लुम्बिनी प्रदेश
कर्णाली प्रदेश
सूदूरपश्चिम प्रदेश
त्रिभुवन आर्मी क्लब
एपीएफ क्लब
नेपाल पुलिस क्लब
एनआरएनए टोली

दर्शक संख्या (प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष)

उद्घाटन र समापन समारोह : ६० हजार
पुरुष भलिबल : ३५ हजार
महिला भलिबल : २५ हजार
फुटबल : २५ हजार
रग्बी : १२ हजार
बक्सिङ : १२ हजार

पदक संख्या

स्वर्ण : ३९७
रजत : ३९७
कांश्य : ५५३
कुल : १३४७

TOTAL MEDAL TALLY

NAME	GOLD	SILVER	BRONZE	TOTAL	RANK
Tribhuvan Army Club	172	110	89	371	1
Nepal APF Club	65	72	82	219	2
Nepal Police Club	61	61	73	195	3
Gandaki Pradesh	32	31	57	120	4
Bagmati Pradesh	24	47	74	145	5
Pradesh 1	10	23	50	83	6
Sudur Pashchim Pradesh	10	10	43	63	7
NRNA	10	9	7	26	8
Lumbini Pradesh	6	22	40	68	9
Madhesh Pradesh	5	8	26	39	10
Karnali Pradesh	2	4	12	18	11

समिति / उपसमितिका अनुभव

फणिन्द्रप्रसाद पौडेल
सचिव
कार्यकारी समिति

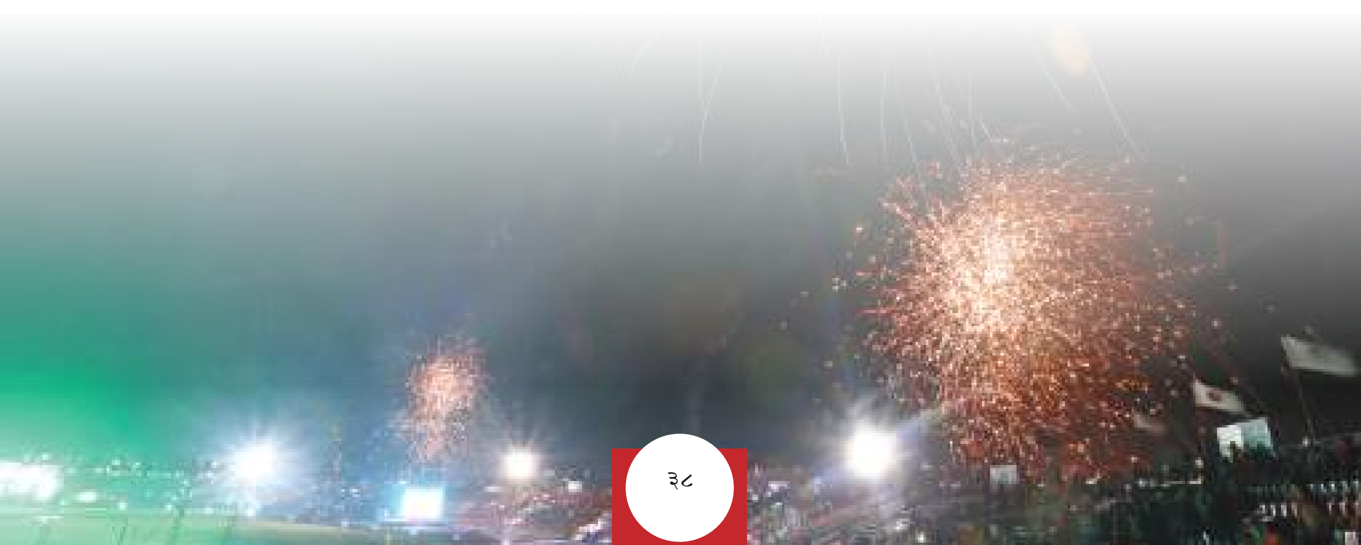
नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा निकै जिम्मेवारीपूर्ण काम निर्वाह गर्नुपर्ने दायित्व प्राप्त गरेको थिएँ। नेपाली खेलकुद विकासमा राष्ट्रिय खेलकुदको महत्त्व विशेष छ। त्यसैले यो आयोजनालाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्नका लागि मैले सोहीअनुरूप काम गर्नुपर्ने थियो। सुरुमा हामी गण्डकी प्रदेशका सबै जिल्लामा खेल गराउने योजनामा थियौं।

सोहीअनुरूप हामीले भेन्यु तोक्यौं र त्यहाँका स्थानीय निकायसँग समन्वय पनि गरेका थियौं। तर, बजेटको सीमितता, भौगोलिक कठिनाइका हिसाबले गण्डकी प्रदेशका सबै जिल्लामा खेल आयोजना गर्न कठिनाइ भयो। सबै जिल्लामा खेल आयोजना गर्दा हाम्रो लागत पनि बढ्ने देखियो। त्यस कारण केही खेलहरू केन्द्रमा नै आयोजना गर्नुपर्ने बाध्यता रह्यो। तथापि, हामीले यस पटक धैरै नयाँ सुरुआत पनि गऱ्यौ। पहिलोपटक राष्ट्रिय खेलकुदमा प्रविधिको प्रयोग गर्न थाल्यौं। खेलाडी दर्ता अनलाइनमार्फत गर्ने व्यवस्था गऱ्यौं।

त्यसका लागि सहभागी टोलीबाट आइटीमा अभ्यस्त प्रतिनिधिलाई प्रशिक्षण पनि गरायौं। यो नयाँ प्रयास भएकाले सतप्रतिशत सहज नभए पनि चाङका चाङ कागज पल्टाउनु पर्ने झन्झटबाट केही राहत मिल्यो। खेलको संख्या र सहभागिताका हिसाबले पनि यो संस्करण वृहत् नै थियो। हामीले डोपिङ, खेलाडीको अनुसन्धान र समयमा स्वास्थ्य सेवालगायत विषयमा राम्रो गरेका छौं। धैरै संख्यामा डोपिङ परीक्षण गराएर त्यसको तथ्यांक पनि राखेका छौं। खेलाडीको प्रदर्शन र नतिजाका हिसाबले पनि यो संस्करण राम्रो नै रह्यो।

यस पटक धैरै कीर्तिमान पनि बनेका छन्। पहिलोपटक रनिङ ट्रफीको व्यवस्था गऱ्यौं। सहभागी टोलीहरू उक्त ट्रफी उचाल्न निकै उत्साहित रहे। यसले गर्दा प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता बढायो र खेलस्तर बढेको अनुभूति गऱ्यौं। काम गर्दै जाँदा अफ्ठ्यारो परिस्थिति आउँदा रहेछन्। यद्यपि, प्राप्त जिम्मेवारी कुशलतापूर्वक सम्पन्न गर्ने हाम्रो प्रयास रह्यो। धैरै उपसमिति बनेका थिए। ती उपसमितिले पनि आफ्ना जिम्मेवारी राम्रोसँग निर्वाह गर्ने प्रयत्न गरे।

आगामी प्रतियोगितामा हामीले कम्तीमा ६ महिना अगाडिदेखि बजेटसहितको तयारी थाल्दा मात्र हाम्रा योजना र लक्ष्य प्राप्त गर्न सक्छौं। समयमा बजेट प्राप्त हुँदा राष्ट्रिय खेलकुदमा खेल्न खेलाडीले पनि पर्याप्त प्रशिक्षण अवधि पाउँछन्। यसअघि हरेक जसो प्रतियोगितामा अन्तिम अवस्थामा मात्र बजेट निकासा हुन्थ्यो। यस पटक पनि त्यही प्रवत्ति रह्यो। समयमा बजेट निकासा हुँदा अझ गुणस्तरीय सामाग्री दिन सकिन्छ, व्यवस्थित तरिकाले खेल आयोजना गर्न सकिन्छ। आगामी संस्करणमा सरकारले कम्तीमा ६ महिना अगाडि बजेट निकासा गरेको अवस्थामा हाम्रा लक्ष्य प्राप्त हुन सक्छन् र योजनाले सार्थकता पाउँछन्।



एकेन्द्रबहादुर कुँवर, संयोजक
समारोह उपसमिति

शारङ्गिन निरौला, सचिव
समारोह उपसमिति

समग्रमा नवौं राष्ट्रिय खेलकुद सौहार्दपूर्ण वातावरणमा भयो। राष्ट्रिय खेलकुदको प्रमुख आकर्षण नै समारोह हो। यसले यति ठुलो आयोजनालाई रंगाउने काम गर्दछ। त्यसमाथि पनि देशकै प्रमुख पर्यटकीय क्षेत्र पोखरामा खेलकुद आयोजना हुनु अर्को विशेष पक्ष थियो। समारोहमा राष्ट्रपति र प्रधानमन्त्री सहभागी हुने कार्यक्रम थियो। उहाँहरूसँगै देशको उच्च पदस्थ व्यक्तित्वको सहभागिता हुने भएकाले उद्घाटन र समापन समारोहलाई विशेष बनाउनुको विकल्प थिएन। यसका लागि २८ जना कर्मचारी र समितिको १४ गरी ४२ जना यो समितिमा खटिएका थियौं। सबै जनाले समारोहलाई भव्य बनाउन धेरै मिहिनेत गर्नुभयो।

लामो इतिहास बोकेको राष्ट्रिय खेलकुद खेलाडी, प्रशिक्षक र प्राविधिकका लागि अवसर हो। खेल क्षेत्रमै जीवन बिताइसकेका कर्मचारीका लागि पनि यो विशेष नहुने कुरै भएन। यो विशेष अवसरलाई भव्य बनाउन सक्दो प्रयास गर्‍यौं। चाडपर्वका समय भएकाले जनशक्ति पर्याप्त थिएनन्। तर, पनि हामीले समारोहलाई विशेष बनाउने प्रयत्न गर्‍यौं। सातै प्रदेश झल्काउने किसिमका प्रदर्शन राख्यौं। पोखरामा आयोजना भएकाले त्यहाँका कला संस्कृतिको प्रवर्धन हुने किसिमका प्रस्तुतिहरू थिए। त्यसै क्षेत्रको चर्चित कौरा नृत्य समारोहको अर्को आकर्षक पक्ष रह्यो। त्यसले गर्दा त्यहाँका मानिसमा राष्ट्रिय खेलकुदप्रति अपनत्व होस् भन्ने हाम्रो चाहना थियो।

गण्डकी प्रदेशका विभिन्न जातजातीका भेषभुषासहित प्रदर्शनी भए। पोखराका २४ विद्यालयका करिब २४ सय विद्यार्थी समारोहमा प्रत्यक्ष सहभागी भए। विद्यालय र विद्यार्थीको सहभागिता निकै उत्साहपूर्ण रह्यो। समारोहबाट ती विद्यार्थीले खेल क्षेत्रको महत्त्वका बारेमा पनि बुझ्ने अवसर पाए। साथै राष्ट्रिय खेलकुद नेपाली खेलाडीका लागि आफ्नो योग्यता मापन गर्ने माध्यम भएकाले पनि नियमित रूपमा भइदिए खेल क्षेत्रको विकासमा पनि सघाउँ पुग्ने थियो।

हिमालराज दाहाल, संयोजक
प्राविधिक उपसमिति

प्रचण्ड शर्मा, सचिव
प्राविधिक उपसमिति

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदलाई भव्य र सभ्य गराउनुपर्छ भन्ने प्राविधिक उपसमितिको लक्ष्य थियो। समितिमा प्राविधिक र दक्ष व्यक्ति नै रहेकाले हामीलाई काम गर्न थप सहज भयो। हाम्रो यस समितिमा ३५ जना खटेका थियौं। तर, प्राविधिक समितिका जिम्मेवारी धेरै नै भएकाले काम गर्न सहज भने भएन। अब नवौं राष्ट्रिय खेलकुद हुन्छ भन्ने दिनदेखि हामीले काम थालेका थियौं। किनकी खेल संख्या निर्धारण, त्यसभित्र रहेका विधाहरू, प्रशिक्षक, व्यवस्थापक र रेफ्रीलगायत धेरै पक्ष तोक्ने जिम्मेवारी हाम्रै नै भएकाले ३/४ महिनादेखि नवौंको तयारीमा जुटेका थियौं।

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा कुल ६ हजार एक सय २७ खेलाडी (महिला २७१३ र पुरुष ३४१४), ७०१ प्रशिक्षक, ५११ जना व्यवस्थापक र १६४७ जना निर्णायकको प्रत्यक्ष सहभागिता रह्यो। चाडपर्वका वातावरणमा खेल तय भएको थियो। यस पटक खेल संख्या धेरै थिए। त्यस कारण खेल विधा, खेलाडी, प्रशिक्षक र प्राविधिकको संख्या पनि बढ्नु स्वाभाविक हो। धेरै संख्यामा रहने सहभागीको व्यवस्थापन गर्ने काम सहज थिएन। तर, पनि दिनरात गरेर तयारी अगाडि बढायौं। जिल्लादेखि छनोट गर्ने काम प्रदेशको थियो।

हाम्रो गाइड लाइनअनुसार नै उहाँहरूले छनोट गरेको २० दिन प्रशिक्षण गराएर राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागिता गराउनु भयो। पहिलोपटक हामीले अनलाइन इन्ट्रीको सुरुआत गरायौं। यो पहिलो सुरुआत भएकाले खेलाडीहरू पनि त्यसमा अभ्यस्त थिएनन्। डेंगुले केही खेलाडीहरू बिरामी भएकाले पनि अन्तिम समयमा खेलाडीको नाम परिवर्तन गर्नुपर्ने बाध्यता पनि रह्यो। आयोजनाको तयारीदेखि खेल सञ्चालन भइरहँदासम्म पनि हाम्रो जिम्मेवारी थियो। त्यसैले काम गर्न सहज थिएन। तथापि, सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण पक्ष खेल विवादरहित भए। तर, खेल्ने क्रममा प्याराग्लाइडिङका खेलाडी दुर्घटनामा परेर निधन हुनु चाहिँ निकै दुःख लाग्दो रह्यो। त्यसबाहेक प्राविधिक रूपमा अन्य पक्ष राम्रो नै भयो।

खेलस्थल व्यवस्थापन नवौं राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना हुनुभन्दा अगाडि नै निर्वाह गर्नुपर्ने जिम्मेवारी थियो । तर, हामीसँग समय धेरै थिएन । त्यसैले मिहिनेत धेरै गर्नुपर्ने थियो । गण्डकी प्रदेशका आठ जिल्लामा खेल हुने तय थियो । त्यसमा समय कम थियो । तर, पनि खेल आयोजनालाई प्रभावित हुन नदिन दिनरात नभनी काम गर्‍यौं । खेल स्थल व्यवस्थापनका क्रममा स्थानीय क्षेत्रका मानिसको चासो उत्साहजनक नै रह्यो । आफ्नो क्षेत्रमा ठूला आयोजना हुन लाग्दा उहाँहरू निकै उत्साहित हुनुहुन्थ्यो । तथापि, पूर्वाधार निर्माणमा बजेटको सीमितता र समयसीमाका कारण उहाँहरूले चाहेको जति भने हुन पाएनन् ।

राजेश गुरुङ, संयोजक
खेलस्थल व्यवस्थापन उपसमिति

हामीले खेल स्थल व्यवस्थापनका लागि करिब तीन महिनाको तयारीबाट काम गरेका थियौं । अधिकांश स्थानमा स्तरोन्नतीको काम गर्‍यौं भने केही स्थानमा भने स्थानीय निकायकै सक्रियतामा ठूलै खेल स्थल पनि बन्यो । त्यसको उदाहरण हुन्, वालिङ नगरपालिका र तनहुँमा भने खेल स्थल निर्माणमा स्थानीय निकायकै सक्रियता उत्साहजनक रह्यो । वालिङले फुटबल निर्माणमा ८० लाख रूपैयाँसम्म खर्चियो । त्यो योगदानले खेलक्षेत्रमा स्थानीय निकायको सहभागितालाई समेत प्रोत्साहन गर्न सक्छ । खेलस्थल व्यवस्थापनमा धेरै चुनौतीहरू थिए । तर, ती चुनौतीलाई पन्छाउँदै काम गर्दा धेरै कुरा सिक्ने अवसर पनि मिल्यो ।

कृष्णप्रसाद तिमिल्सिना, सचिव
खेलस्थल व्यवस्थापन उपसमिति

यति ठुलो खेल आयोजना हुँदा दुई वटा स्थानीय निकायले सहयोग गर्नु भयो । हाम्रो लक्ष्य पूर्वाधार निर्माणमा स्थानीय निकायको सहभागिता बढाउनु थियो । तर, पूर्ण सफल हुन भने सकेनौं । यो समितिले सकेसम्म खेल प्रतिस्पर्धा सुरु हुनुभन्दा अगाडि नै सबै भेन्यु तयार बनाउन दिनरात काम गर्‍यो । खेलस्थल निर्माण गर्दा खेलाडीलाई अफ्ठ्यारो नहोस् भनेर ५/७ पटक हेरेपछि मात्र अन्तिम निर्णय लिएका थियौं । साथै गण्डकी प्रदेशमा खेल आयोजना हुँदा त्यहाँका कुनाकाप्चासम्म रहेका मानिसलाई खेलकुदप्रति थोरै भए पनि मोह बढायो । यसले एक पटक फेरि यहाँका मानिसलाई खेलप्रति प्रोत्साहित गराएको हाम्रो विश्वास छ ।

बसोबास उपसमितिका लागि यो संस्करण सफल नै रह्यो । नेपाली खेलकुदमा लामो इतिहास बोकेको राष्ट्रिय खेलकुद आयोजनालाई सफल बनाउन हामीले आफ्ना जिम्मेवारी राम्रोसँग निर्वाह गर्‍यौं । नवौं राष्ट्रिय खेलकुद हरेक हिसाबले बृहत नै थियो । त्यसमाथि पनि नेपालकै सुन्दर पर्यटकीय नगरी पोखराको सेरोफेरोमा यो आयोजना हुनु अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष थियो । खेल पूर्वाधार विकाससँगै खेल आयोजना गर्न यो क्षेत्रमा केही सहज नै देखिन्थ्यो ।

राजकुमार थापा, संयोजक
बसोबास उपसमिति

त्यहाँ आएका खेलाडी, प्रशिक्षक, प्राविधिक, खेल पदाधिकारी र अतिथिको बसोबासको जिम्मेवारी हाम्रो समितिले गर्नु पर्दथ्यो । विशेषत् खेलाडीहरूले खेलिसकेपछि बसोबासमा कुनै समस्या नहोस् भन्ने हिसाबमा ध्यान दियौं । हुन त धेरै जसो खेलाडीहरू आफूलाई सहज पर्ने हिसाबले पनि बस्नु भयो । हाम्रो आयोजनाकै समय त्यहाँ पर्यटकीय सिजन पनि रहेछ । तर, हरेक घरमा होटल भएकाले होटल व्यवस्थापनमा त्यति कठिनाइ भने भएन । यस अघिका संस्करणभन्दा यसपटक बसोबासका लागि सबैभन्दा राम्रो रह्यो ।

उपसमितिका संयोजक र अधिकांश सदस्य पोखराकै भएका कारण बसोबासको व्यवस्थापनमा सहज भयो । विभागीय टोलीबाहेक सबै टोलीका खेलाडी तथा अफिसियललाई हामीले नै व्यवस्थापन गरिदिने प्रयास गर्‍यौं । तर, केही सहजता हेरेर पनि बस्नु भयो । यद्यपि, हामीले केही खेलाडी र अफिसियल गरी तीन हजार जनाको बसोबास व्यवस्थापन गरिदियौं । खेल्ने स्थान र बसोबासको दूरी अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डअनुसार राखेका थियौं । पर्यटकीय स्थान भएकाले पनि खेलाडी, प्राविधिक र कोही पनि पाहुनाले कम्प्रमाइज गर्नु परेन । त्यसैले पनि यो संस्करण खेलाडीहरूको लागि बसोबासका हिसाबले यादगार रहनेछ ।

चन्द्रबहादुर राई, सचिव
बसोबास उपसमिति

खड्गबहादुर रानाभाट, संयोजक
(अनुशासन तथा अनुगमन उपसमिति)

नारायणराज अर्याल, सचिव
(अनुशासन तथा अनुगमन उपसमिति)

नवौं राष्ट्रिय खेलकुद हाम्रो पनि प्रतिष्ठाको विषय रह्यो। राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले नियमित सञ्चालन गर्नुपर्ने कार्यक्रम पनि हो। खेल प्रतियोगिता सुरुआतदेखि अन्त्यसम्म खेलाडी अनुशासनमा रहे की रहेनन् भन्ने हेर्ने दायित्व यो समितिको थियो। यस क्रममा खेलाडी, प्राविधिक र खेल संघका पदाधिकारी सबैले अनुशासित तवरबाट खेल सम्पन्न गर्न प्रयास गरेको हामीले पायौं। काम र जिम्मेवारीका हिसाबले पनि यो उपसमिति निकै महत्त्वपूर्ण र विशेष रहेछ भन्ने अनुभूति भयो।

खेलाडीले केही गल्ती गरेकी भनेर हरेक दिन उनीहरूको गतिविधिलाई नियाल्यौं। पोखरामा भएका होटल व्यावसायीहरूलाई पनि खेलाडीहरूले के के गरिरहेका छन् भनेर बुझ्यौं। केही कुरा छुटायौं कि भनेर पनि दैनिक जसो पत्रपत्रिकाका समाचारहरू हेर्‍यौं। प्रतिस्पर्धाबाट फर्किएपछि उनीहरूका गतिविधिहरू सुक्ष्म तरिकाले नियाल्यौं। खेल सञ्चालनका क्रममा केही सामान्य घटनाहरू पनि भए। यद्यपि, सहज रूपले समाधान गर्‍यौं। प्रतिस्पर्धाका भेन्युहरू केही टाढा थिए। तर, सकेसम्म सबै स्थानमा पुग्ने प्रयास गर्‍यौं। विगतका संस्करणभन्दा यसपटक धेरै कुरामा फरक र परिष्कृत रह्यो।

किनकी, खेल प्रतिस्पर्धा, खेलाडी संख्या र बजेटका आकारका हिसाबले पनि नवौं ठुलो थियो। त्यससँगै हरेक उपसमितिले वहन गर्नुपर्ने जिम्मेवारी पनि ठुलो हुनु स्वाभाविक रहन्छ। यति धेरै उपसमिति किन बनाएको होला भन्ने प्रश्न पनि केहीले गरेँ। तर, ती सबै उपसमितिका आ-आफ्ना आवश्यकता थिए। यति ठुलो आयोजना गर्दै जाँदा चुनौतीहरू पनि थपिँदै जान्छन्। त्यसका कारण यो उपसमितिसहित सबैको उतिकै औचित्य थिए।

डा. बुलन्द थापा, संयोजक
स्वास्थ्य उपसमिति

दोबे तामाङ, सचिव
स्वास्थ्य उपसमिति

खेल स्थलका दूरी टाढाटाढा रहेकाले स्वास्थ्य समितिलाई काम गर्न सहज भने थिएन। हामीलाई चुनौतीसँगै आफूलाई प्रमाणित गर्नुपर्ने अवसर पनि थिए। यो जिम्मेवारीमा उच्च कार्यसम्पादनका साथ निर्वाह गर्ने गरी काम गर्‍यौं। स्वास्थ्य क्षेत्रमा नै काम गरेको अनुभव भएकाले पनि नवौंमा केही सहजता मिल्यो। यद्यपि, देशका लागि केही गर्ने लक्ष्यसहित अगाडि बढिरहेका खेलाडीको स्वास्थ्य सुरक्षाका विषय रहेकाले हाम्रो उपसमिति गम्भीर र सचेत भइरहनु पर्ने जिम्मेवारी पनि थियो। एकै भेन्युमा मात्र खेलका प्रतिस्पर्धा थिएनन्। त्यसैले खेल प्रतिस्पर्धा सुरु हुनुभन्दा धेरै अगाडिदेखि नै हामीले तयारी गरेका थियौं।

गण्डकी प्रदेशका जुन स्थानमा खेल हुने हो त्यहाँका स्थानीय निकायमा रहेका नीजि तथा सरकारी स्वास्थ्य संस्थासँग लगातार बैठक बस्यौं। स्थानीय क्षेत्र पनि खेलाडीको जीउ ज्यानका विषयमा संवेदनशील रहेको पायौं। उहाँहरूमा खेलाडीप्रति धेरै सम्मान रहेछ भन्ने बुझ्यौं। यदि खेलाडीलाई चोट पटक लागि हाल्यो या उनीहरू अस्वथ्य भए पनि कसरी जतिसक्दो चाँडो उपचार गर्ने भन्ने हामीले तयारी गर्‍यौं। गण्डकीका स्वास्थ्य संस्थाबारे राम्रो जानकार भएकाले थप सहज भयो। खेलाडीलाई आवश्यक पर्ने औषधि, स्वास्थ्यकर्मी र एम्बुलेन्स खेल अवधिभर व्यवस्था गर्‍यौं।

त्यसबाहेक खेल प्रतिस्पर्धा हुने स्थानमा त्यहाँका अस्पताल, क्लब र सामाजिक संस्थाहरू पनि खेलाडीहरूलाई सहयोग गर्न तयार थिए। अस्पताल भर्ना गर्नुपर्ने अवस्थामा उहाँहरूले उपचारमा विशेष व्यवस्था गरिदिनु भएको थियो। नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका लागि ८५ जना जति स्वास्थ्यकर्मी खटाइएको थियो। केही स्थानमा औषधि पुगेन भने पनि स्थानीयमार्फत व्यवस्था गरिहाल्यौं। पोखरामा केही खेलाडी बिरामी पनि भए, जुन हाम्रो कल्पनाभन्दा बाहिरको थियो। यद्यपि, हामीले उहाँहरूको समयमा नै उपचार गरायौं। कतिपय खेलाडीहरू नवौं सकिएपछि राखेपको स्वास्थ्य विभागमा आएर पनि परामर्श गरिरहनु भयो।

प्रकाशकुमार कुसारी, संयोजक
यातायात व्यवस्था समिति

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा यातायात उपसमितिमा काम गर्नु चुनौती नै थियो। खेल संख्या र खेलाडीको सहभागिताका हिसाबले यस पटक अहिलेसम्मकै ठुलो प्रतिस्पर्धा थियो। त्यहाँ खेलाडी, प्रशिक्षक, प्राविधिक, विभिन्न समिति र अतिथी गरेर आठ हजारभन्दा बढीका लागि यातायात व्यवस्थापन गर्नुपर्ने जिम्मेवारी रह्यो। तीन सय जति बस, विभिन्न उपसमिति, प्राविधिक र अथितिका लागि गरेर सात सयभन्दा बढी साधन प्रयोग भए। खेलकुद क्षेत्रमा काम गरेपछि त्यहाँ हरेक समयको महत्त्व हुन्छ। त्यसैले निर्धारित समयमा यातायात पुऱ्याउनु कठिन नै हुन्थ्यो। तर, पनि हामीले हाम्रो उपसमितिको तर्फबाट समस्या उत्पन्न हुन दिएनौं।

एउटै खेलको ५/६ इभेन्ट हुन्थ्यो। त्यसका कारण एकै दिन एकै पटक धेरै यातायात व्यवस्थापन गर्नु चुनौतीपूर्ण रह्यो। यद्यपि, खेलाडीको प्रतिस्पर्धालाई प्रभावित हुन दिएनौं। हामीले सक्दो राम्रो कार्यक्षमता प्रस्तुत गऱ्यौं। निर्धारित समय र एकै पटक सबैलाई गाडीको व्यवस्था गर्न कठिनाइ थिए। तर, पनि समितिका सबै जनाको सक्रियताले खेल प्रतिस्पर्धामा प्रभावित हुन दिएनौं। बसोबासबाट करिब १७ किलोमिटर टाढासम्म खेलस्थल थिए, त्यसैले चुनौती धैरै हुनु स्वाभाविक हो। यस्तो अवस्थमा एउटै टिमलाई एउटा बसको आवश्यक पर्दथ्यो।

देवराज कटुवाल, सचिव
यातायात व्यवस्था समिति

यो संस्करण कामका हिसाबले पनि हाम्रा लागि स्मरणीय रह्यो। किनकी हामीले ३/४ घन्टा मात्र सुतेर पनि काम गरेका छौं। खेल प्रतिस्पर्धा सकिएपछि भोलिका लागि व्यवस्थापन गर्न समयतालिका मिलाउँदा मिलाउँदै मध्यरात हुन्थ्यो। १४ जना जति यो उपसमितिका लागि खटिएका थियौं। यद्यपि, टिम वर्कका कारण थकित नभइ काम गऱ्यौं।

रामदत्त जोशी, संयोजक
सुरक्षा प्रबन्ध उपसमिति

सुरक्षा प्रबन्ध समितिको जिम्मेवारी धेरै थिए भने निकै संवेदनशील पनि बन्नुपर्ने थियो। सोही जिम्मेवारीअनुसार हामीले काम पनि गऱ्यौं। देशको उपराष्ट्रपति र प्रधानमन्त्री नै सहभागी भएको ठुलो आयोजनालाई भव्य र सभ्य बनाउन सुरक्षा व्यवस्थापन पनि राम्रो हुनु आवश्यक थियो। त्यसैले पनि हामीले राम्रो टिम वर्क गर्दै काम गऱ्यौं। साथै यति ठुलो आयोजनामा काम गर्दा केही सिक्ने अवसर पनि मिल्यो। जतिसक्दो राम्रो व्यवस्थापन गर्नमा हामीले कुनै कसर बाँकी राखेनौं। टिम गेममा धेरै समर्थक जम्मा हुने र त्यसमाथि पनि नजिकै दूरीमा टिम गेमका प्रतिस्पर्धा हुने भएकाले सुरक्षा व्यवस्थापनमा कठिन हुने हो की भन्ने थियो। टिम गेममा दर्शकको उपस्थिति पनि बाक्लो रह्यो।

यद्यपि, हामीले कुशलतापूर्वक सुरक्षा प्रबन्ध मिलायौं। त्यस कारण पनि त्यस्ता कुनै पनि अप्रिय घटना भएनन्। साथै दर्शकहरू पनि संयमित भएर बस्दा झन् सहजता पनि भयो। भेन्युका हिसाबले धेरै लामो दूरीमा खेल सञ्चालन भएका थिए। तर, पनि हामीले सबै ठाउँमा सुरक्षा व्यवस्था राम्रो र व्यवस्थित बनाउने प्रयत्न गऱ्यौं। हाम्रो क्षेत्राधिकार अन्य उपसमितिसँग समन्वय गर्नुपर्ने खालका पनि थिए। त्यहाँका स्थानीयलाई जतिसक्दो जिम्मेवारी दिएर उनीहरूमा राष्ट्रिय खेलकुदप्रति अपनत्व गराउनुपर्छ।

लक्ष्मण योगी, सचिव
सुरक्षा प्रबन्ध उपसमिति

नवौं राष्ट्रिय खेलकुद-२०७९ केही भिन्न परिवेशमा आयोजना भएको छ। तयारी र समयका कोणबाट निकै दबाबमा कार्य गर्नु परेको थियो। तर, पनि प्रचारका लागि यो प्रतियोगिता बिलकुल भिन्न र नयाँ अभ्यासको प्रयास गरियो। आर्थिक वर्षको सुरुआती तथा दशैं जस्तो ठुलो पर्व पछि नै प्रतियोगिता आयोजना हुँदै गर्दा अन्य उपसमितिले झेल्नु परेको दबाब प्रचारप्रसार उपसमितिमा पनि नपरेको हैन। गण्डकीको पोखराका अतिरिक्त सात जिल्ला र काठमाडौं तथा ललितपुरमा समेत प्रतियोगिता आयोजना हुँदा त्यसको प्रचारप्रसार चुनौतीपूर्ण भयो। तर, पनि उपसमितिले गर्नुपर्ने जिम्मेवारी पूरा गर्न समितिका सदस्यहरू सबै जनाको उत्साहजनक सक्रियताले प्रचार कार्य सफल भएको हो।

दीपेन्द्र विष्ट, संयोजक
प्रचार प्रसार उपसमिति

प्रचार कार्यलाई प्रभावकारी बनाउन प्रत्येक खेलस्थलमा भिडियो, फोटो र समाचार संकलनका लागि ७२ जना स्थानीय सञ्चारकर्मी परिचालन गरियो भने काठमाडौं तथा अन्य जिल्लाहरूबाट समेत पत्रकारलाई खेल स्थलसम्म पुऱ्याउने व्यवस्था गरिएको थियो। यस्तै पोखरा रंगशालामा मिडिया सेन्टरको स्थापना गरी सहज रूपमा नतिजा उपलब्ध गराउने र त्यसका लागि आवश्यक इन्टरनेट तथा कम्प्युटरहरूको व्यवस्था गरिएको थियो।

प्रतियोगितामा डेडिकेटेड वेबसाइट निर्माण तथा मोबाइल एपले राष्ट्रिय प्रतियोगितालाई अन्तर्राष्ट्रिय रूपमा परिचित गराउन सफलता मिलेको महसुस गरेका छौं। प्रतियोगिताको पदक तालिका समयमै सार्वजनिक गर्न विगतमा निकै समय पर्खनु पर्ने बाध्यताबाट नवौं राष्ट्रिय खेलकुद मुक्त भयो। मोबाइल एपमार्फत नतिजा सार्वजनिक गरिएको थियो। मोबाइल एप नेपाली खेलकुद इतिहासमै नयाँ अभ्यास हो। जसमा प्रथम राष्ट्रिय खेलकुददेखि नवौं संस्करणसम्म, ओलम्पिक सहभागितादेखि दक्षिण एसियाली खेलकुद, एसियाली खेलकुदसम्मको इतिहास जीवन्त बनाउने प्रयास भएको छ।

खुशराज दाहाल, सचिव
प्रचार प्रसार उपसमिति

खेलकुद इतिहासलाई जीवित राख्ने क्रममा नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको **Power point presentation** तयार गरिएको छ। यस्तै **Video Documentary** बनाइएको छ भने यो **Record Book** तयार भएको छ। मौसमको प्रतिकूलताका कारण प्रतियोगिता अवधिमा खेलाडी तथा व्यवस्थापक मात्र हैन प्रचारप्रसार उपसमितिका जनशक्तिसमेत डेंगीबाट प्रभावित हुँदा प्रचार कार्य केही प्रभावित नभएको हैन। तर, उपचारकै क्रममा निरन्तर आफ्नो कार्यमा जुट्ने साथीहरूका साथ सम्पूर्णप्रति आभार व्यक्त गर्दछौं।

यस्तै प्रचार कार्यलाई प्रभावकारी बनाउनका लागि सदस्यसचिव टंकलाल घिसिङको नयाँ सोच र सक्रियता तथा निर्देशनप्रति आभारी छौं।

अन्जन धमला, संयोजक
खेलसामाग्री तथा पोशाक व्यवस्थापन उपसमिति

हाम्रो यो उपसमितिको जिम्मेवारी गहन र चुनौतीपूर्ण थियो। किनकी छोटो समयमा नै खेलसामाग्री र पोशाक तयारी गर्नु सहज थिएन। आपूर्ति गर्नुपर्ने सामाग्री र समय सीमितताका साथै राज्यमा सामानहरू उपलब्ध नहुनाले केही समस्या भए। तर, पनि हामीले टेन्डरमार्फत छिमेकी राष्ट्र भारत र चीनबाट खरिद गरेर समयमा नै उपलब्ध गरायौं। खेल सामग्री र खेल पोशाक हामीले वितरण गर्नुपर्ने थियो।

दुवै नै खेल सुरु हुनुभन्दा अगाडि नै उपलब्ध हुनुपर्ने भएकाले रातदिन नभनी काम गर्‍यौं। बिहानदेखि बेलुकासम्म काठमाडौंबाट कावासोतीदेखि पोखरा, बाग्लुङ र बेनीलगायत विभिन्न ठाउँमा लानुपर्ने भएकाले व्यस्तता धेरै नै रह्यो। ती सामाग्री खेलाडीहरूको हातमा समयमा नै उपलब्ध गराउनुपर्ने जिम्मेवारी थिए। समय अभावले खेलका धेरै गतिविधिहरू राम्रोसँग नियाल्ने समय पनि मिलेन। असोज २३ गते पोखरा पुगेदेखि बिहान सात बजेदेखि राती ९ बजेसम्म पनि व्यस्त रह्यौं।

हाम्रा कर्मचारी साथीहरूले निकै धैर्यतापूर्वक बिहानदेखि बेलुकासम्म काम गर्नु भयो। हाम्रो उपसमितिमा सबै जनाले अन्तिमसम्म खटेर काम गरे। गुणस्तर परीक्षणदेखि खेल समयमा नै सामाग्री पुगेनन् की भन्ने समस्याका विषय थिए। तर, पनि नवौंलाई सफल बनाउन सकेसम्म समयमा नै सामाग्री उपलब्ध गराउने प्रयास गर्‍यौं। खेलाडीको सहभागिता र खेल प्रतिस्पर्धाका हिसाबले यो संस्करण यसअघिका भन्दा ठुलो नै रह्यो। भेन्यु कावासोतीदेखि बेनीसम्म थिए।

सुजन खतिवडा, सचिव
खेलसामाग्री तथा पोशाक व्यवस्थापन उपसमिति

त्यसैले सामाग्री पठाउन केही कठिनाइ रहे पनि सकेसम्म समयमा नै पुर्‍याउने प्रयास गर्‍यौं। त्यसका लागि राती ११ बजेको समयसम्म पनि काम गर्‍यौं। कामका हिसाबले हामी निकै सन्तुष्ट छौं। भनेको समयमा टेन्डर पास नहुने भएकाले अन्तिम समयमा कामको दबाब रहे पनि कुशलतापूर्वक काम गर्ने प्रयास गर्‍यौं।

सूर्यलाल भण्डारी, संयोजक
श्रोत परिचालन उपसमिति

१३औं दक्षिण एसियाली खेलकुद पनि श्रोत परिचालन उपसमिति थियो। तर, नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा भने यसको बृहत रूपमा काम भयो। सरकारको बजेटमा मात्र निर्भर नभइ नीजि तथा सार्वजनिक क्षेत्रको पनि खेलकुदमा लगानी भित्र्याउने उद्देश्य स्वरूप यो श्रोत परिचालन उपसमितिको गठन भएको हो। खेलकुदको दिगो विकासका लागि ठूला व्यावसायिक घराना या नीजि तथा सार्वजनिक क्षेत्रको आवश्यकता छ। सोहीअनुरूप पनि श्रोत परिचालन उपसमितिलाई अगाडि बढाइएको थियो।

तत्कालीन अर्थमन्त्रीज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा वृहत् रूपमा स्पोन्सर मिट कार्यक्रम आयोजना गर्‍यौं। त्यहाँ नेपालका ठुला व्यवसायी घराना, बैंक वित्तीय क्षेत्रका प्रतिनिधि, अन्तर्राष्ट्रिय कम्पनीहरूका साथै नीजि तथा सार्वजनिक क्षेत्रका प्रतिनिधिको सहभागिता रह्यो। त्यो कार्यक्रमबाट श्रोत परिचालन उपसमितिले ५० लाखभन्दा बढी रकम प्रायोजनबाट प्राप्त गर्‍यो। त्यो भेलापछि अधिकांशको धारणा नेपालको खेलकुद विकासमा नीजि तथा सार्वजनिक क्षेत्रको सहभागिता हुनुपर्छ भन्ने थियो।

सरोजकुमार पोखरेल, सचिव
श्रोत परिचालन उपसमिति

त्यसका लागि सरकारी क्षेत्रबाटै नीति सुधार गर्नुपर्छ भन्ने सबैका एकै किसिमका भनाइ आए। नीतिगत समस्याकै कारण खेल क्षेत्रमा लगानी गर्न अफ्ठ्यारो रहेको धारणा नीजि क्षेत्रले राखे। तत्कालीन समयमा श्रोत परिचालनबाट हामीले गरेका कामहरू निकै सफल रहे। काम गर्ने क्रममा केही तिता मिठा घटना हुन्छन्। तर जुन उद्देश्यअनुरूप काम गरेका थियौं त्यो चाहिँ प्राप्त भयो। नियमित रूपमा उहाँबाट प्रायोजन भइरहँदा रकम ल्याउन सहज हुने थियो होला ? तर, हाम्रो यो पहिलो प्रयास भएकाले यसबाट राम्रो सुरुआत हुनेछ भन्ने विश्वास लिएका छौं।

हामीले नवौंमा फुटबल र भलिबलमा टिकटको सुरुआत गर्‍यौं। जहाँबाट करिब १५ लाख रूपैयाँ आम्दानी गर्न सफल भयौं। श्रोत परिचालन उपसमितिले केही राम्रा प्रयासहरू गर्‍यौ। यद्यपि, समय सीमितता र दशैं तिहारको समय पनि भएकाले हाम्रो लक्ष्यअनुरूप भने गर्न सकेनौं।

जनकप्रसाद बतौंला, संयोजक
स्वयमसेवक उपसमिति

लीलाराम बस्नेत, सचिव
स्वयमसेवक उपसमिति

हाम्रो उपसमितिका लागि यो जिम्मेवारी चुनौती र अवसर दुवै रह्यो । काम गर्ने सिलसिलामा धेरै अफठ्यारा स्थिति आए । यद्यपि, जिम्मेवारी प्राप्त गरेको दिनदेखि नवौं राष्ट्रिय खेलकुदलाई सफल बनाउनका लागि काम गऱ्यौं । यो आयोजनालाई भव्य बनाउन आवश्यक पर्ने तालिम प्राप्त स्वयम्सेवक निर्माणमा पनि ध्यान दियौं । १९ सदस्यीय उपसमिति गठन भएको थियो । त्यसमा सात जना कर्मचारी पनि खटिनु भयो । खेल आयोजना हुनुभन्दा ४५ दिन अगाडि हामीले जिम्मेवारी पाएका थियौं ।

त्यसमा पनि हामीले आवश्यक सरकारी प्रक्रियाहरू निर्वाह गर्नुपर्ने थियो । सोहीअनुरूप पत्रिकामा स्वयम्सेवक आवश्यकता सम्बन्धी सूचना प्रकाशित गऱ्यौं र त्यसपछि प्राप्त आवेदनलाई छनोट समितिमार्फत ३५० जना स्वयम्सेवक छनोट गरेका थियौं । लामो इतिहास बोकेको खेलकुद आयोजनालाई सभ्य र भव्य तवरबाट सम्पन्न गर्नु हाम्रो जिम्मेवारी हो । त्यसअनुरूप जनशक्ति निर्माणका लागि काम गऱ्यौं । ३५० जना स्वयम्सेवकलाई पोखरामा नै दुई दिन प्रशिक्षण गरायौं । स्वयम्सेवकको काम, कर्तव्य, जिम्मेवारी र अधिकार के हो ? भन्ने बारे प्रशिक्षण गराएपछि मात्र उहाँहरूलाई भेन्यु र खेल आयोजना स्थलमा खटायौं । काठमाडौं, ललितपुरका साथै गण्डकी प्रदेशका आठ जिल्लामा रहेका खेल स्थलमा स्वयम्सेवक खटाएका थियौं । अन्य स्थानमा स्वयम्सेवक बस्नु र खेल आयोजनामा बस्नु फरक हुन्छ । त्यहीअनुरूप उहाँहरूलाई प्रशिक्षण गराएर मात्र सहभागी गरायौं । कतिपय अवस्थामा बिहान र बेलुका सिफ्ट गराएर राख्यौं । नवौं राष्ट्रिय खेलकुदको उद्घाटन र समापनमा खटिएका स्वयम्सेवकहरूले भने रातीसम्म पनि काम गर्नु भयो । उहाँहरू दैनिक ७/८ घन्टा खटिनु भयो । हामीले सीमित श्रोत साधानबाट अधिकतम जिम्मेवारी निर्वाह गर्ने प्रयत्न गऱ्यौं ।

डा. नविसमान सिंह प्रधान, संयोजक
एन्टी डोपिङ उपसमिति

डा. ज्ञानेन्द्रविक्रम शाह, सचिव
एन्टी डोपिङ उपसमिति

राष्ट्रिय खेलकुदमा यस अघि पनि एन्टी डोपिङ परीक्षणका काम हुने गरेका थिए । त्यो सबै स्वास्थ्य उपसमितिअन्तर्गत रहेर भएका थिए । यस पटक राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले खेलाडीहरूलाई डोपिङबारे धेरै भन्दा धेरै जानकारी र सचेतनाका लागि छुट्टै एन्टी डोपिङ उपसमिति नै बनायो । यो निकै सकारात्मक कदम मान्न सकिन्छ । किनकी हाम्रा खेलाडीहरूलाई कुन औषधि सेवन गर्नु हुन्छ ? कुन हुँदैन ? के गर्दा डोपिङ परीक्षणमा असफल भइन्छ भन्ने धेरै खेलाडीलाई थाहा छैन । त्यसैले यसको बारेमा पूर्ण जानकारी दिन पनि यो उपसमितिको आवश्यकता थियो । नवौं राष्ट्रिय खेलकुद हुनु अगावै अन्तर्राष्ट्रिय लेभलको डोपिङ ट्रेनर नेपालमा ल्याएर डोपिङ कन्ट्रोल अफिसरको ट्रेनिङ नै गरायौं ।

वाडाकै सिफारिसमा ट्रेनर नेपालमा ल्याएका हौं । यो पनि अर्को महत्त्वपूर्ण उपलब्धि हो । यस अघिका राष्ट्रिय खेलकुदमा १/२ जना खेलाडीको मात्र डोपिङ परीक्षण हुने गरेका थिए । यस पटक भने राखेपकै सदस्यसचिवको सक्रियताका कारण हामीले ४० जना खेलाडीको डोपिङ परीक्षण गऱ्यौं । ताकी भविष्यमा हाम्रा खेलाडीले अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिस्पर्धामा जाँदा त्यसबारे जानकारी पाउँन् र उनीहरू डोपिङ भन्ने बितिक्कै नडराउन भन्ने मान्यता पनि उपसमितिको थियो । राष्ट्रिय प्रतियोगिता अगाडि नै डोपिङसम्बन्धी प्रशिक्षण र सचेतना कार्यक्रम नै सञ्चालन गऱ्यौं । त्यसमा तीन विभागीय टोली र सातै प्रदेशको सहभागिता पनि रह्यो । पहिलोपटक हामीले डोपिङ परीक्षणको डकुमेन्टेसन पनि गरेका छौं । ती परीक्षण वाडामा पठायौं । तीमध्ये केही नतिजा आएका छन् भने केही नतिजा आउन बाँकी छ । एक दिनमा १४ जना डोपिङ परीक्षणका लागि खटिनु भएको थियो । त्यसमा बिहान र बेलुका ७/७ जना स्वास्थ्यकर्मी खटाएका थियौं । राखेपले पनि हामीलाई आवश्यक र तालिम प्राप्त जनशक्ति दिएकाले यसपटक नवौं राष्ट्रिय खेलकुदमा डोपिङसम्बन्धी धेरै प्रगति भयो । अन्तर्राष्ट्रिय खेलाडीहरूले डोपिङ परीक्षणमा सहज लिए पनि नयाँ खेलाडीहरू डराए । भविष्यमा यी नयाँ खेलाडीहरूले सहजताका साथ डोपिङबारे ज्ञान राख्ने हाम्रो विश्वास छ । यो अभियानले गर्दा आगामी एसियाड खेल्ने नेपाली खेलाडीका लागि पनि सहजता हुनेछ ।

राष्ट्रिय खेलकुदमा यसरी अनुसन्धान उपसमिति बनेको पहिलो पटक हो। खेलाडीको विकास र विस्तारका लागि उनीहरूका प्रदर्शन, मनोवैज्ञानिक अवस्था र समग्र स्थितिबारे अनुसन्धान हुनु महत्त्वपूर्ण र राम्रो पक्ष हो। साथै राष्ट्रिय खेलकुदमा खेलाडीहरूका बारेमा दस्ताबेजीकरण गर्नु आवश्यक पनि थियो। त्यसैले पनि यो उपसमितिमा काम गर्दा निकै उत्साहित भयौं। सीमित श्रोत साधनबाट जति सक्दो राम्ररी खेलाडीहरूको डाटा संकलन गऱ्यौं। करिब ११ सय जना खेलाडीको डाटा संकलन गरेका छौं। हामी उपसमितिका १३ जना, राखेपका तीन कर्मचारी, २० जना स्वयमसेवक खटिएका थियौं।

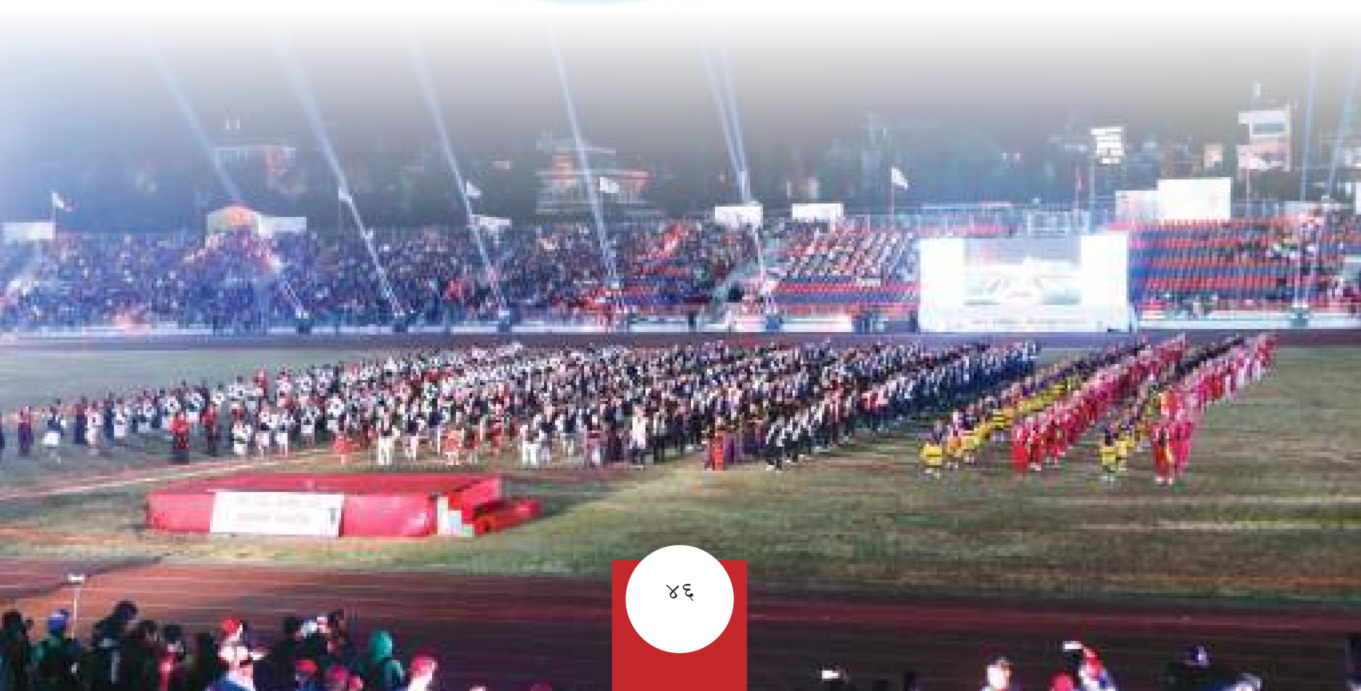
हरि पराजुली, संयोजक
अनुसन्धान उपसमिति

एउटा खेलाडीका लागि ४३ वटा प्रश्न थिए। त्यसमा महिला र पुरुषका लागि फरक खालका थिए। पुरुष खेलाडीको व्यक्तिगत विवरण, शैक्षिक अवस्था, पारिवारिक अवस्था, उहाँहरूको प्रशिक्षण शैली तथा समय र सामाजिक परिवेशलगायत मुख्य विषय ती तथ्यांकमा समावेश थिए। महिला खेलाडीका लागि भने ६० वटा प्रश्न राखिएको थियो। किनकी हाम्रो समाजमा महिलाहरूले चुलोचौकादेखि खेलसम्म यात्रा गर्नु सहज हुँदैनथ्यो। त्यसकारण पनि उहाँहरूको अवस्थाबारे पूर्ण जानकारी आवश्यक ठान्यौं। महिनावारी चक्रले महिला खेलाडीको खेलमा पर्ने प्रभावका विषयमा १७ वटा डाटा संकलनमा राख्यौं।

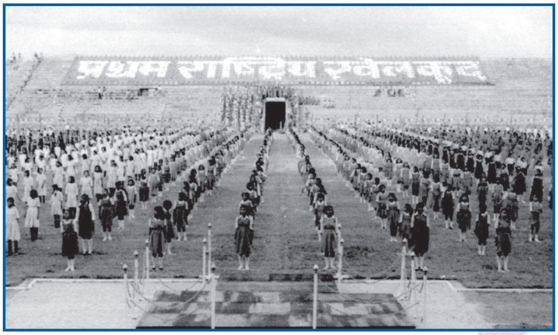
अनन्तादेवी खनाल, सचिव
अनुसन्धान उपसमिति

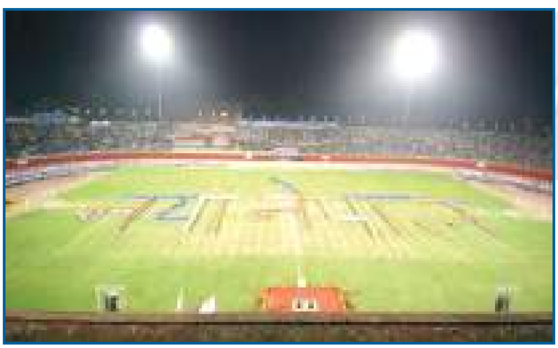
हामीले खेलाडीहरूको प्रदर्शनमा कुनै असर नपर्ने गरी र उल्टै उहाँहरूलाई मनोवैज्ञानिक रूपमा सहयोग मिल्ने गरी तथ्यांक संकलन गऱ्यौं। खेलाडीले भनेका समयमा ती कुरा संकलन गरेकाले पनि हाम्रो योजना प्रभावकारी भयो जस्तो लाग्छ। असोज ६ गतेदेखि अनुसन्धानमा आवश्यक पर्ने रणनीति अपनाएका थियौं। ती जनशक्तिले करिब सात हजार जनाको संख्यामा खेलाडीको व्यक्तिगत विवरण लिन समय अपुग हुन्थ्यो। शीर्ष तीनभित्र रहेका खेलाडीको आर्थिक, सामाजिक र मनोवैज्ञानिक पक्षको अध्ययन गर्न उनीहरूको तथ्यांक राख्यौं। खेलाडीले कस्तो अवस्थाबाट सफलता प्राप्त गरे भन्ने त्यो तथ्यांकले देखाउँथ्यो।

खेलाडीरूको वृत्ति विकासका लागि यो उपसमिति आवश्यक रहेकाले भविष्यमा पूर्ण बजेटसहित पर्याप्त जनशक्ति प्रयोग गर्न सके उनीहरूमाथि गरिएका अनुसन्धानले पूर्णता पाउनेछन्। यो राम्रो सुरुआत हो। यो योजना भविष्यमा अझै बढ्दै जाने विश्वास छ।



राष्ट्रिय खेलकुदलाई फर्केर हेर्दा





पहिलो राष्ट्रिय खेलकुद–२०३८ (भदौ २७– असोज ४)

पहिलो राष्ट्रिय खेलकुद २०३८ साल भदौ २७ देखि असोज ४ गतेसम्म काठमाडौंको दशरथ रंगशालामा आयोजना भएको थियो। प्रतियोगिताको उद्घाटन तत्कालीन राजा श्री ५ वीरेन्द्र वीरविक्रम शाहले गर्नुभएको थियो। नौ दिनसम्म चलेको उक्त प्रतियोगितामा खेलाडीले अञ्चलगत रूपमा भाग लिएका थिए। प्रतियोगितामा १४ वटै अञ्चलका खेलाडीको सहभागिता रहेको थियो। प्रतियोगिताको प्रतीक चिन्हका रूपमा नौ रंगी डाँफे राखिएको थियो। डाँफे नेपालको राष्ट्रिय पन्छी भएकाले त्यतिबेला यसलाई पहिलो राष्ट्रिय खेलकुदको प्रतीक चिन्हका रूपमा प्रयोग गरिएको थियो। पहिलो राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना गर्न आठ लाख रूपैयाँ खर्च भएको थियो।

पहिलो राष्ट्रिय खेलकुदमा एक हजार दुई सय २० पुरुष र दुई सय २३ महिला गरी कुल एक हजार चार सय ४३ जना खेलाडीले भाग लिएका थिए। प्रतियोगितामा ७८ स्वर्ण, ७८ रजत र ७३ कांस्य गरी कुल दुई सय २९ पदकका लागि खेलाडीले आपसमा भिडन्त गरेका थिए।

राष्ट्रिय खेलकुदको पहिलो संस्करणमा विभिन्न १६ वटा खेल समावेश गरिएको थियो। उक्त प्रतियोगितामा समावेश गरिएका खेलमा तारो हान्ने, बुद्धिचाल, क्रिकेट, कबड्डी, एथलेटिक्स, जिम्न्यास्टिक, टेबलटेनिस, बाघचाल, पौडी, फुटबल, ब्याडमिन्टन, बक्सिङ, भलिबल, भारोत्तोलन, ह्यान्डबल र शारीरिक सुगठन थिए। प्रतियोगितामा बागमती अञ्चल पहिलो भएको थियो। यसैगरी गण्डकी दोस्रो, कोशी तेस्रो, नारायणी चौथो र जनकपुर पाँचौं भएका थिए। १३ वटा अञ्चलले कुनै न कुनै पदक जिते भने कर्णाली अञ्चलले एउटा पनि पदक हात पार्न सकेको थिएन। प्रतियोगितामा मार्चपास्टतर्फ गण्डकी, राम्रो खेल प्रदर्शन गर्नेमा पनि गण्डकी, अनुशासित टोलीमा धवलागिरी र राम्रो पोशाकमा कर्णाली अञ्चल सर्वोत्कृष्ट भएका थिए।

पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
बागमती	४४	३३	२५	१०३
गण्डकी	८	७	९	२४
कोसी	६	१३	६	२५
नारायणी	५	४	८	१७
जनकपुर	३	१	२	६
सेती	३	०	७	१०
भेरी	२	६	३	११
धौलागिरी	२	२	१	५
महाकाली	२	२	०	४
लुम्बिनी	२	०	२	२
सगरमाथा	१	६	५	१२
मेची	०	६	३	९
राप्ती	०	०	२	२
कर्णाली	०	०	०	०

दोस्रो राष्ट्रिय खेलकुद– २०४० (चैत १२–२०)

दोस्रो राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता २०४० साल चैत १२ देखि २० गतेसम्म पोखरामा आयोजना भएको थियो। यो प्रतियोगिताको उद्घाटन पनि तत्कालीन श्री ५ वीरेन्द्रले नै गर्नुभएको थियो। दोस्रो राष्ट्रिय खेलकुदको प्रतीक चिन्हमा राष्ट्रिय फूल लालीगुराँसंलाई प्रयोग गरिएको थियो। प्रतियोगितामा २३ वटा खेल र दुई वटा सांस्कृतिक कार्यक्रम गरी २५ वटा स्पर्धा समावेश गरिएको थियो। दोस्रो संस्करणमा पनि १४ वटै अञ्चलका खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। प्रतियोगितामा एक हजार नौ सय ६८ पुरुष र पाँच सय ३९ महिला गरी कुल दुई हजार पाँच सय सात जना खेलाडीले भाग लिएका थिए।

दोस्रो राष्ट्रिय खेलकुदमा एक सय १९ स्वर्ण, एक सय १९ रजत र एक सय ३२ कांस्य गरी कुल तीन सय ७० वटा पदकका लागि खेलाडीबीच प्रतिस्पर्धा भएको थियो। दोस्रो संस्करणमा २५ वटा खेल समावेश गरिएको थियो। प्रतियोगितामा समावेश गरिएका खेलमा एथलेटिक्स, ब्याडमिन्टन, पुरुष कबड्डी, महिला कबड्डी, टेबलटेनिस, पुरुष भलिबल, महिला भलिबल, ह्यान्डबल, लनटेनिस, पुरुष फुटबल, महिला फुटबल, पुरुष सुटिङ, महिला सुटिङ, जिम्न्यास्टिक, भारोत्तोलन, शारीरिक सुगठन, बुद्धिचाल, बाघचाल, बक्सिङ, मार्सल आर्ट्स, हकी, क्रिकेट, पौडी, दोहोरी गीत र लोक नृत्य रहेका थिए।

दोस्रो राष्ट्रिय खेलकुदमा पनि बागमती अञ्चल नै पहिलो भएको थियो। गण्डकी दोस्रो र कोशी अञ्चल तेस्रो भए। फुटबलका श्रीराम रञ्जितकार, बक्सिङका दलबहादुर राना र भारोत्तोलनका सुरेन्द्र हमाल संयुक्त रूपमा सर्वोत्कृष्ट खेलाडी घोषित भएका थिए। यसैगरी मार्चपास्टमा गण्डकी, अनुशासनमा सेती र पोशाकमा मेची अञ्चल उत्कृष्ट भएका थिए।

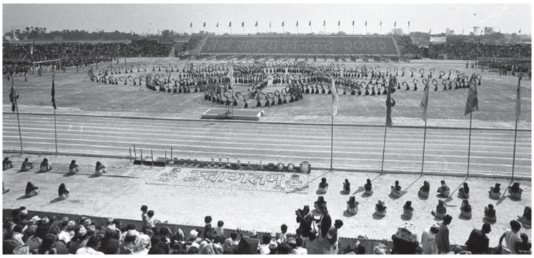
पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
बागमती	५०	३३	२५	१०८
गण्डकी	२१	७	९	३७
कोसी	१८	१३	६	३७
भेरी	७	४	२	१३
नारायणी	५	१०	१३	२८
मेची	५	७	७	१९
धौलागिरी	५	०	६	११
सगरमाथा	४	५	६	१५
जनकपुर	२	४	७	१३
लुम्बिनी	१	५	८	१४
महाकाली	१	१	२	४
सेती	०	३	३	६
राप्ती	०	०	१	१
कर्णाली	०	०	०	०

तेस्रो राष्ट्रिय खेलकुद– २०४२ (फागुन २३ – चैत १)

तेस्रो राष्ट्रिय खेलकुद २०४२ साल फागुन २३ देखि चैत १ गतेसम्म वीरगञ्जमा भएको थियो। यो प्रतियोगिताको उद्घाटन पनि तत्कालीन राजा श्री ५ वीरेन्द्रले नै गर्नुभएको थियो। राष्ट्रिय खेलकुदको तेस्रो संस्करणमा पनि अञ्चलगत आधारमै खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए।

प्रतियोगितामा १४ वटै अञ्चलका दुई हजार ३७ पुरुष र सात सय ३८ महिला गरी कुल दुई हजार सात सय ७५ जना खेलाडीले भाग लिएका थिए। प्रतियोगितामा एक सय ४६ स्वर्ण, एक सय ४६ रजत र एक सय ८१ कांस्य गरी कुल चार सय ७३ पदकका लागि खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। तेस्रो संस्करणमा



विभिन्न २६ खेलका एक सय ३७ वटा स्पर्धा समावेश गरिएको थियो। विगतको तुलनामा प्रत्येक संस्करणमा महिला खेलाडी र खेलको संख्या भने बढ्दै गएको पाइन्छ। तेस्रो राष्ट्रिय खेलकुदमा ह्यान्डबलको महिला स्पर्धा थप गरिएको थियो। बाँकी भने दोस्रो संस्करणमै समावेश गरिएका खेल थिए।

एथलेटिक्स, बाघचाल, पुरुष भलिबल, भारोत्तोलन, लोक नृत्य र दोहोरी गीत प्रतियोगितामा १४ वटै अञ्चलका खेलाडीले सहभागिता जनाएका थिए। विगतमा झैं यो संस्करणमा पनि बागमती अञ्चल नै पहिलो भयो। यसैगरी कोशी दोस्रो र आयोजक नारायणी तेस्रो स्थानमा रहेका थिए। प्रतियोगितामा बागमती अञ्चलका ६८ वर्षे वंशिधर ताम्राकार सबैभन्दा बढी उमेरका र आठ वर्षीय विश्वराम मकाजु सबैभन्दा कम उमेरका खेलाडी थिए। मेची अञ्चलका ईन्द्रप्रसाद सिग्देल तेस्रो संस्कणमा पनि स्वर्ण जित्दै सुरुका तीनवटै राष्ट्रिय खेलकुदमा स्वर्ण पदक जित्ने पहिलो खेलाडी बने।

तेस्रो राष्ट्रिय खेलकुद वीरगञ्जमा भए पनि भौतिक पूर्वाधारको समस्याका कारण पौडीको स्पर्धा भने काठमाडौंमै आयोजना गरिएको थियो। तेस्रो राष्ट्रिय खेलकुदमा कोशी अञ्चलका जितेन्द्र चौधरी एक्लैले पाँचवटा स्वर्ण पदक जितेका थिए। एथलेटिक्स खेलाडी जितेन्द्र छोटो दूरीका धावक थिए। प्रतियोगिताको मार्चपास्टमा गण्डकी अञ्चल पहिलो भयो। उत्कृष्ट पोशाकको पुरस्कार पनि गण्डकीले नै हात पाऱ्यो। प्रतियोगितामा अनुशासित टोलीको पुरस्कार भने मेची अञ्चलले पाएको थियो। पहिलो तीन संस्करण आयोजना गर्दा राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का सदस्यसचिवमा शरदचन्द्र शाह हुनुहुन्थ्यो।

पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
बागमती	६६	३५	३७	१३८
कोसी	१८	२८	२७	७३
नारायणी	१३	२२	२९	६४
भेरी	१०	५	१०	२५
सगरमाथा	८	०	७	१५
गण्डकी	७	२४	२६	५७
लुम्बिनी	६	८	१०	२४
सेती	५	१०	६	२१
मेची	४	९	११	२४
राप्ती	३	२	३	८
धौलागिरी	३	२	३	८
जनकपुर	२	५	६	१३
महाकाली	१	०	२	३
कर्णाली	०	०	१	१

चौथो राष्ट्रिय खेलकुद– २०५५ (चैत ८–१४)

तेस्रो संस्करणसम्म नियमित समयमै राष्ट्रिय खेलकुद भए पनि चौथो संस्करण भने समयमा आयोजना हुन सकेन। २०४२ सालमा तेस्रो संस्करण भएको निकै लामो समयपछि मात्र चाौथो राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना भयो। निर्दलीय पञ्चायती व्यवस्थाविरुद्ध सुरु भएको जनआन्दोलन, मुलुकमा भएको राजनीतिक परिवर्तन र लामो संघर्षपछि प्राप्त प्रजातान्त्रिक व्यवस्थालाई संस्थागत बनाउने प्रयासका कारण समयमै राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना गर्ने तर्फ सरकारको ध्यान नपुगेको अनुमान गर्न सकिन्छ।

जे होस् तेस्रो संस्करण सम्पन्न भएको १३ वर्षपछि नेपालगञ्जमा चौथो राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना भयो। चौथो राष्ट्रिय खेलकुद २०५५ साल चैत ८ देखि १४ गतेसम्म सञ्चालन भएको थियो। नेपालमै आयोजना हुने आठौं दक्षिण एसियाली खेलकुदको तयारीलाई समेत ध्यानमा राखेर चौथो राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना गरिएको थियो। प्रतियोगिताको उद्घाटन राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का तत्कालीन संरक्षक दीपेन्द्र वीरविक्रम शाह(तत्कालीन युवराजधिराज) ले गरेका थिए।

यसअघि अञ्चलगत आधारमा सञ्चालन गरिँदै आएको राष्ट्रिय

खेलकुद चौथो संस्करणमा आएर भने विकास क्षेत्रका आधारमा परिवर्तित भयो। राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा पहिलो पटक पाँच विकास क्षेत्रका टोलीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। यसैगरी चौथो संस्करणदेखि राष्ट्रिय खेलकुदमा दुई वटा विभागीय टोली त्रिभुवन आर्मी क्लब र नेपाल पुलिस क्लबलाई पनि समावेश गराइएको थियो। त्यसैले प्रतियोगितामा सात वटा टोलीका खेलाडीले सहभागिता जनाएका थिए। खेलाडीको दृष्टिकोणले भने चौथो राष्ट्रिय खेलकुदमा सहभागिता न्युन रह्यो। जम्मा एक हजार ६ सय २२ जना खेलाडीले मात्र प्रतियोगितामा भाग लिएका थिए।

यसैगरी चौथो संस्करणमा खेल संख्या पनि घटाइएको थियो। आठौं दक्षिण एसियाली खेलकुदको तयारीलाई मुख्य आधार बनाइएकाले चौथो राष्ट्रिय खेलकुदमा १२ वटा खेल मात्र समावेश गरिएको थियो। प्रतियोगिता नेपालगञ्जमा आयोजना भए पनि महिला र पुरुष भलिबल सुर्खेत जिल्लाको वीरेन्द्रनगर तथा पौडी ललितपुर जिल्लाको सातदोबाटोस्थित अन्तर्राष्ट्रिय पौडी पोखरीमा खेलाइएको थियो। यो पौडी पोखरी केही समयअघि मात्र आठौं दक्षिण एसियाली खेलकुदका लागि चीन सरकारले बनाइदिएको थियो। अन्य १० खेल भने नेपालगञ्जमै खेलाइएको थियो।

चौथो राष्ट्रिय खेलकुदमा एथलेटिक्स, बक्सिङ, फुटबल, करांते, कबड्डी, सुटिङ, पौडी, तेक्वान्दो, टेबलटेनिस, भलिबल, कुस्ती र भारोत्तोलन खेलका स्पर्धा समावेश गरिएको थियो। आठौं दक्षिण एसियाली खेलकुदमा पनि यही १२ वटा खेल समावेश गरिएको थियो। प्रतियोगितामा मध्यमाञ्चल विकास क्षेत्र पहिलो, त्रिभुवन आर्मी क्लब दोस्रो, नेपाल पुलिस क्लब तेस्रो, पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र चौथो र पूर्वाञ्चल विकास क्षेत्र पाँचौं भए। यसैगरी मध्यपश्चिमाञ्ल विकास क्षेत्र छैटौं र सुदूरपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र सातौं भए।

प्रतियोगितामा पुरुषतर्फ सुदूरपश्चिमाञ्चलका दीपक बिष्ट र मध्यमाञ्चलका रवि महर्जन तथा महिलातर्फ पश्चिमाञ्चलकी रेखा ज्ञवाली र मध्यपश्चिमाञ्चलकी तेजु गुरुङ सर्वोत्कृष्ट खेलाडी घोषित भएका थिए। अनुशासित टोलीको पुरस्कार मध्यपश्चिमाञ्चलले जित्यो भने मार्चपास्टमा त्रिभुवन आर्मी क्लब पहिलो भयो। चौथो राष्ट्रिय खेलकुदमा पौडीतर्फ नौ वटा स्पर्धा समावेश गरिएकोमा मध्यमाञ्चलकी नयना शाक्य एक्लैले नौ वटै पदक जितेकी थिइन्। पुरुषतर्फ नेपाल पुलिस क्लबका रामकृष्ण चौधरी र महिलामा पनि पुलिस क्लबकै देविमाया पनेरु नेपालका सबैभन्दा तीव्र गतिका धावक बने। यो संस्करण आयोजना गर्दा सदस्यसचिव विनोदसंकर पालिखे हुनुहन्थ्यो।

पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
मध्यमाञ्चल	४९	३१	३२	११२
त्रिभुवन आर्मी क्लब	२९	२८	२१	७८
नेपाल पुलिस क्लब	२५	१४	२०	५९
पश्चिमाञ्चल	१३	१८	२१	५२
पूर्वाञ्चल	१२	२७	३९	७८
मध्यपश्चिमाञ्चल	७	१५	३२	५४
सुदूरपश्चिमाञ्चल	५	७	२४	३६

पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद– २०६५ (चैत २४ – ३०)

नेपालमा प्रत्येक दुई वर्षमा राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना गर्ने प्रावधान छ। सोही अनुरूप अघिल्ला तीन संस्करण निर्धारित समयमै भए पनि त्यसपछिका संस्करण भने तोकिएको समयमा हुन सकेन। तेस्रो र चौथो राष्ट्रिय खेलकुदको बीचमा १३ वर्षको अन्तर रह्यो। चौथो र पाँचौं संस्करणको बीचमा पनि १० वर्षको फरक भयो। चौथो राष्ट्रिय खेलकुद समापनका अवसरमा पाँचौं संस्करण २०५७ साल फागुनमा सुदूरपश्चिमाञ्चलमा आयोजना गर्ने गरी झण्डा हस्तान्तरण गरिएको थियो।

तर, सुदूरपश्चिमाञ्चलमा खेलकुदका भौतिक पूर्वाधार अभाव रहेको कारण देखाउँदै प्रतियोगिता निर्धारित समयमा आयोजना गरिएन। त्यसपछि पनि कहिले राजनीतिक त कहिले आर्थिक अभावको कारण देखाउँदै पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदको मिति पाँच पटक परिवर्तन हुन पुग्यो। दरबार हत्या काण्डका कारण पनि एक पटक पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदको मिति सरेको थियो। अन्त्यमा २०६५ साल चैत २४ देखि ३० गतेसम्म काठमाडौंमा नै पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना भयो। पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा ३२ वटा खेल समावेश गरिएको थियो। प्रतियोगितामा पाँचवटै विकास क्षेत्रका अतिरिक्त विभागीय टोलीहरू त्रिभुवन आर्मी, नेपाल पुलिस र सशस्त्र प्रहरीको एपिएफ क्लब पनि सहभागी थिए।

नेकपा माओवादीको जनमुक्ति सेना (पिएलए) लाई पनि प्रतियोगितामा सहभागी गराइएको थियो। राष्ट्रिय खेलकुदमा एपिएफ क्लब र पिएलएको यो पहिलो सहभागिता थियो। प्रतियोगितामा कुल तीन हजार पाँच सय जना खेलाडीले भाग लिएका थिए। प्रतियोगितामा दुई सय ८९ स्वर्ण, दुई सय ८९ रजत र चार सय १० कांस्य पदकका लागि खेलाडीबीच भिडन्त भएको थियो। प्रतियोगिता सम्पन्न गर्न सरकारले २५ करोड रूपैयाँ विनियोजन गरेको थियो। त्यतिबेलासम्म खर्च, खेलाडी सहभागिता र पदकको दृष्टिकोणले यो सबैभन्दा बृहत राष्ट्रिय प्रतियोगिता रह्यो।

प्रतियोगिता सकिएपछि बचेको रकम मध्येबाट खेलाडी कल्याण कोष र हेटौंडाको गौरीटारमा निर्माणाधीन खेलकुद एकेडेमीका लागि केही रकम छुट्याइएको थियो। पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदमा मध्यमाञ्चल विकास क्षेत्र पहिलो, एपिएफ क्लब दोस्रो, नेपाल पुलिस क्लब तेस्रो, पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र चौथो र पूर्वाञ्चल विकास क्षेत्र पाँचौं स्थानमा रहे। मध्यपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र छैटौं, सुदूरपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र सातौं, त्रिभुवन आर्मी क्लब आठौं र पिएलए क्लब नवौं भए। पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदको उद्घाटन गणतन्त्र नेपालका पहिलो प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले गर्नुभएको थियो।

पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुदको नारा 'शान्ति, विकास, सद्भाव र एकता, पाँचौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता' थियो। यो संस्करण आयोजना गर्दा सदस्यसचिव जीवनराम श्रेष्ठ हुनुहुन्थ्यो।

पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
मध्यमाञ्चल	६९	३२	३६	१३७
एपीएफ क्लब	३२	१७	१७	६६
नेपाल पुलिस क्लब	२६	३९	२३	८८
पश्चिमाञ्चल	२०	२३	४०	८३
पूर्वाञ्चल	१४	२५	५४	९३
मध्यपश्चिमाञ्चल	९	२३	४८	८०
सुदुरपश्चिमाञ्चल	८	१८	३९	६५
नेपाल आर्मी क्लब	९	७	१२	२८
पीएलए क्लब	०	१	५	६

छैटौं राष्ट्रिय खेलकुद – २०६८ (फागुन १४ – २१)

बृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको छैटौं संस्करण सुदूरपश्चिम विकास क्षेत्रमा २०६८ साल फागुन १४ देखि २१ गतेसम्म आयोजना भएको थियो। छैटौं संस्करणका खेलहरू कैलाली र कञ्चनपुर जिल्लामा खेलाइएको थियो।

भौतिक पूर्वाधारको अभावका कारण छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदको स्क्वास र स्नुकर प्रतियोगिता काठमाडौंमा भएको थियो। गल्फ प्रतियोगिता पोखरा र साइक्लिङ काभ्रे जिल्लामा आयोजना भएका थिए। पौडी भने वीरगञ्जमा खेलाइएको थियो। छैटौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा विभागीय टोलीका अतिरिक्त पाँच वटै विकास क्षेत्रले भाग लिएका थिए।

छैटौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा स्वर्ण पदक जित्ने टिम गेम्सका खेलाडीलाई जनही पाँच हजार र व्यक्तिगत स्पर्धामा

स्वर्ण पदक जित्ने खेलाडीलाई १० हजार रूपैयाँ पुरस्कार पनि प्रदान गर्न थालियो। विषय र प्रस्तुती दुवै हिसाबले छैटौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको लोगो (प्रतीक चिन्ह) उत्कृष्ट थियो। त्यसमा धेरै प्रकारका प्रतिकात्मक अर्थ लुकेका थिए। लोगोमा पाँच जना मानिस हात समाएर उभिएको देखाइएको थियो। यसको पहिलो अर्थ रहेको थियो, एकताको सन्देश।

यसैगरी लोगोको दोस्रो प्रतिकात्मक अर्थ थियो, पाँच वटा विकाश क्षेत्रको प्रतिनिधित्व। तेस्रो अर्थ थियो, ओलम्पिक खेलकुदको पाँच रंगका पाँच वटा रिङ। चौथो र सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण अर्थ थियो, सुदूरपश्चिमाञ्चल क्षेत्रको चर्चित र स्थापित नृत्य देउडा। छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदको लोगोमा चन्द्र र सूर्य अंकित राष्ट्रिय झण्डालाई पनि कलात्मक ढंगले प्रस्तुत गरिएको थियो। लोगोमा समावेश गरिएको सेतो रंगको परेवाले शान्तिको सन्देश दिन्थ्यो। लोगोमा एथलेटिक्स ट्र्याक पनि समावेश गरिएको थियो।

छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदको मस्कटका रूपमा सुदूरपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्रको प्रख्यात बाह्रसिङ्गेलाई राखिएको थियो। प्रतियोगिताका लागि तयार पारिएको पोस्टरमा लोगो र मस्कटका अतिरिक्त कर्णाली पुललाई पनि समावेश गरिएको थियो।

छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदमा पूर्वाञ्चल, मध्यमाञ्चल, पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र, मध्यपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र, सुदूरपश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्र, तत्कालीन एकीकृत नेकपा माओवादीको पिएलए स्पोर्ट्स क्लब, नेपाल पुलिस क्लब, सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफ क्लब र विश्वविद्यालय खेलकुद संघ थिए। प्रतियोगिताको उद्घाटन राष्ट्रपति डा. रामवरण यादवले गर्नुभएको थियो। राष्ट्रिय खेलकुद सुदूरपश्चिमाञ्चलमा पहिलोपटक आयोजना भएको थियो। प्रतियोगिताको उद्घाटन समारोह धनगढी र समापन समारोह महेन्द्रनगरमा भएको थियो।

उद्घाटन समारोहमा प्रधानमन्त्री डा. बाबुराम भट्टराईले छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदको लोगो अंकित झण्डोत्तोलन गर्नुभएको थियो। उद्घाटन समारोहमा भगवान् गौतम बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनीबाट ल्याइएको ज्योतिबाट कीर्तिमानी तेक्वान्दो खेलाडी दीपक बिष्टले खेलकुद मसाल प्रज्ज्वलन गरेका थिए। राष्ट्रिय खेलकुदको मसाल प्रज्ज्वलनका लागि नेपालका सात जना ओलम्पियन जितबहादुर केसी, कृष्णबहादुर बस्नेत, हरिबहादुर रोकाया, राजकुमारी पाण्डे, विमला रानामगर, विष्णुबहादुर सिंह र डम्बरदत्त भट्टले गौतम बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनीबाट ज्योति बालेर दौडँदै मसाल धनगढी पुऱ्याएका थिए।

उद्घाटनमा खेलाडीको तर्फबाट राष्ट्रिय भलिबल टोलीका कप्तान भरत शाहले अनुशासित भएर खेल्ने र निर्णायकको तर्फबाट भारोत्तोलनका निर्णायक ठक्करबहादुर बमले निष्पक्ष भएर खेलाउने शपथ लिएका थिए। छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदमा १० टोलीले सहभागिता जनाएका थिए। छैटौं राष्ट्रिय खेलकुदमा तीन सय २० स्वर्ण, तीन सय २० रजत र चार सय ६६ कांस्य पदकका लागि प्रतिस्पर्धा भएको थियो। प्रतियोगिता अवधिभरमा भारोत्तोलनमा पाँच, एथलेटिक्समा दुई र पौडीमा एक गरी कुल आठ वटा कीर्तिमान बनेका थिए। यो प्रतियोगिता आयोजना गर्दा राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को सदस्यसचिवमा युवराज लामा हुनुहुन्थ्यो।

पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
मध्यमाञ्चल	१२९	८५	९०	३०४
नेपाल पुलिस क्लब	५४	४३	३४	१३१
एपिएफ क्लब	४६	४२	४६	१३४
पश्चिमाञ्चल	२४	५२	६५	१४४
सुदूरपश्चिमाञ्चल	२३	२५	५२	१००
पिएलए क्लब	१८	१७	२५	६०
पूर्वाञ्चल	११	२७	८७	१२५
मध्यपश्चिमाञ्चल	१०	१९	६१	९०
विश्वविद्यालय खेलकुद संघ	२	८	६	१६

सातौं राष्ट्रिय खेलकुद- २०७३ (पुस ८-१५)

लोगो खिमराज श्रेष्ठ र मस्कट सन्तोष विष्टले तयार पारेका हुन्। लोगोमा राष्ट्र र राष्ट्रियता झल्किने गरी चन्द्र सूर्य अंकित झण्डाको रातो पृष्ठभूमिलाई अर्ध गोलाकार रूपमा नीलो रंगले घेरिएको थियो। लोगोमा पूर्वाञ्चलको झलक दिने गरी सगरमाथाको चुचुरो, खेल भावनालाई समेट्न शान्तिको प्रतीक परेवा अंकित मसाल तथा एकता र सद्भावको सन्देश दिन सात खेलाडीहरू दौडिरहेको र सात रंगको संयोजन गरिएको तथा खेलको संस्करण र क्षेत्रको परिचय दिन सातौं राष्ट्रिय खेलकुद लेखिएको थियो।

सातौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता २०७३ साल पुस ८ देखि १५ गतेसम्म पूर्वाञ्चल विकास क्षेत्रमा आयोजना भयो। पूर्वाञ्चल विकास क्षेत्रमा पहिलोपटक वृहत् राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना भएको हो। सातौं वृहत राष्ट्रिय खेलकुदमा ३५ खेलका २ सय ९४ स्पर्धा समावेश गरिएको थियो। रग्बी र दोहोरीलाई प्रदर्शन खेलको रूपमा समावेश गरिएको थियो। सातौं वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको नारा "पूर्वाञ्चलमा खेलकुद सातौं, विविधतामा रमाएर बाचौं" रहेको थियो। प्रतियोगिताको उद्घाटन राष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारीले विराटनगरको सहिद रंगशालामा भव्य समारोहबीच गर्नुभएको थियो।

ओलम्पियन बैकुण्ठ मानन्धर, दीपक विष्ट, संगीना वैध, चन्द्रकला थापा, डम्बर कुँवर, अर्जुन पण्डित, टीकाराम श्रेष्ठ, मेनुका रावत, पुष्पराज ओझालगायतले विराटनगरको सहिद रंगशालामा सातौं खेलकुदको ज्योति परिक्रमा गराएका थिए। खेलाडी नरेन्द्र पोमुले सातौंको खेलकुद ज्योति प्रज्वलन गरेका थिए। प्रतियोगितामा पाँच विकास क्षेत्रका अतिरिक्त त्रिभुवन आर्मी क्लब, सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफ क्लब र नेपाल पुलिस क्लब गरी कुल आठ टोलीको सहभागिता रहेको थियो। सातौं संस्करणको मस्कटका रूपमा कोशी टप्पु वन्यजन्तु आरक्षण क्षेत्रमा पाइने अर्नालाई राखिएको थियो।

पूर्वाञ्चलका विभिन्न जिल्लालाई स्थल तोकेर प्रतियोगिता सञ्चालन भएको थियो। प्रतियोगिता खेलहरू विराटनगर, इटहरी, इनरुवा, झापा, धरान, धनकुटा, उदयपुर, इलाम, सप्तरी र सिराहामा खेलाइएको थियो। यसैगरी पूर्वाधारको अभावका कारण लनटेनिस पोखरा र पौडी ललितपुरमा खेलाइएको थियो। प्रतियोगिताको समापन समारोह भने धरानमा भएको थियो। सातौं संस्करणमा २ सय ९४ स्वर्ण, २ सय ९४ रजत र ४ सय ७१ कांस्य गरी कुल १ हजार ३५ पदकका लागि चार हजार खेलाडीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए। प्रतियोगितामा आर्मी क्लब, एपिएफ क्लब र पुलिस क्लब क्रमशः पहिलो, दोस्रो र तेस्रो स्थानमा रहे।

पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
त्रिभुवन आर्मी क्लब	११३	६४	४८	२२५
एपिएफ क्लब	५०	४८	५८	१५६
नेपाल पुलिस क्लब	४०	३८	४१	११९
मध्यमाञ्चल	३२	५०	५७	१३९
मध्यपश्चिमाञ्चल	९	१५	४३	६७
पश्चिमाञ्चल	८	२१	३८	६७
पूर्वाञ्चल	७	१७	४९	७३
सुदूरपश्चिमाञ्चल	४	११	५९	७४

आठौं राष्ट्रिय खेलकुद- २०७५/७६

वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको आठौं संस्करण २०७५/७६ सालमा लुम्बिनी प्रदेशमा आयोजना भएको थियो। आठौं संस्करणको उद्घाटन २०७६ वैशाख ५ गते नेपालगञ्ज रंगशालामा भएको थियो। तर, आठौं राष्ट्रिय खेलकुदका केही खेल भने २०७५ चैत २७ गतेदेखि नै सुरु भइसकेका थिए।

प्रतियोगिताको औपचारिक उद्घाटन ०७६ वैशाख ५ र समापन वैशाख ११ गते नेपालगञ्ज रंगशालामा भएको थियो। आठौंमा बाँके, बर्दिया, दाङ, कपिलवस्तु र रूपन्देही जिल्लामा खेलहरू खेलाइएको थियो। यसका अतिरिक्त ललितपुर र कास्कीमा पनि खेल भए। वृहत् राष्ट्रिय खेलकुदको इतिहासमा पहिलोपटक यही संस्करणमा प्याराग्लाइडिङ खेललाई पनि समावेश गरिएको थियो। पूर्वाधारको अभावका कारण प्याराग्लाइडिङ खेल कास्कीमा खेलाइएको थियो। यसैगरी गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) को टोलीले पनि यो संस्करणदेखि पहिलोपटक सहभागिता जनायो। आठौं संस्करणमा ३५ वटा खेल समावेश थिए।

प्रतियोगिताको उद्घाटन राष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारीले गर्नुभएको थियो। समापन समारोहमा भने उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुन प्रमुख अतिथि हुनुहुन्थ्यो। मुलुक संघीय स्वरूपमा गइसकेकाले आठौं संस्करणमा प्रदेशगत रूपमा टोलीहरू सहभागी भएका थिए। प्रतियोगितामा सात प्रदेशका अतिरिक्त तीन विभागीय टोली त्रिभुवन आर्मी क्लब, सशस्त्र प्रहरीको एपिएफ क्लब र नेपाल पुलिस क्लबले पनि सहभागिता जनाएका थिए। एनआरएनएको टोलीले पनि पहिलो पटक प्रतियोगितामा भाग लिएको थियो। आठौं राष्ट्रिय खेलकुदको नारा 'आठौं खेलकुद हाम्रो प्रदेशमा, पसिना र पौरख आफ्नै देशमा' तय गरिएको थियो। प्रतियोगितको गीत भने नारायण खतिवडाले लेखेका थिए। प्रदेश-५ मा बाँके र बर्दिया राष्ट्रिय निकुन्ज रहेकाले पर्यटन प्रवर्द्धनका लागि मस्कटका रूपमा हात्तीको छावा तय गरिएको थियो।

लोगोमा भने शान्तिका दूत गौतम बुद्ध, शान्तिको प्रतीक परेवा, बर्दियाको राष्ट्रिय निकुन्ज ठाकुरद्वारालाई प्रतिविम्बित गरिएको थियो। लोगो बनाउनका लागि राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्ले सार्वजनिक रूपमा प्रतिस्पर्धा गराएको थियो। आठौं संस्करणमा पनि विभागीय टोलीहरूले नै पदक तालिकामा वर्चस्व कायम राखे। त्रिभुवन आर्मी क्लब सर्वाधिक स्वर्ण जित्दै टिम च्याम्पियन भयो।

तत्कालीन सदस्यसचिव केशवकुमार विष्टको नेतृत्वमा निर्धारित समयमै सातौं र आठौं राष्ट्रिय खेलकुद आयोजना भएको थिए।

पदक तालिका

टोली	स्वर्ण	रजत	कांस्य	कुल
त्रिभुवन आर्मी क्लब	१४०	८२	६७	२८९
नेपाल पुलिस क्लब	६२	४९	४६	१५७
एपिएफ क्लब	५४	६९	८०	२०३
बागमती प्रदेश	२२	४०	६०	१२२
गण्डकी प्रदेश	१२	२१	४४	७७
लुम्बिनी प्रदेश	११	२६	४८	८५
प्रदेश एक	९	२०	५९	८८
सुदूरपश्चिम प्रदेश	८	१२	३४	५४
मधेस प्रदेश	६	७	२०	३३
एनआरएनए	६	२	५	१३
कर्णाली प्रदेश	३	४	१७	२४

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका पदक विजेता

आर्चरी : पुरुष कम्पाउन्ड	
जागृत गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
खेमबहादुर क्षेत्री (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुरेश गुरुङ (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष कम्पाउन्ड टिम	
खेमबहादुर क्षेत्री (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
जागृत गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
	स्वर्ण
युवराज लामा (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
मीनप्रसाद गौचन (एपिएफ क्लब)	रजत
सनातन मल्ल (एपिएफ क्लब)	रजत
रमेश भट्टचन (एपिएफ क्लब)	रजत
सुरज घले (एपिएफ क्लब)	रजत
पवन राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
खुमबहादुर कुमाल (आर्मी क्लब)	कांस्य
प्रेमबहादुर बिक (आर्मी क्लब)	कांस्य
शिखर जबरा (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष रिकर्भ	
	स्वर्ण
तिलक पुन मगर (पुलिस क्लब)	रजत
विराट थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष रिकर्भ टिम	
असीम शेरचन (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
तिलक पुन मगर (पुलिस क्लब)	रजत
अजरबहादुर प्रधानाङ्ग (पुलिस क्लब)	रजत
प्रेमप्रसाद पुन (पुलिस क्लब)	रजत
प्रन्जल राई (पुलिस क्लब)	रजत
मुकेश तामाङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
प्रसन पल्लब (एपिएफ क्लब)	कांस्य
वङ्ग्याल गुरुङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
विराट थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष स्टान्डर्ड	
नगेन्द्र आचार्य (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
दुर्गा घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
फरामचन शेरचन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष स्टान्डर्ड टिम	
कृष्ण भण्डारी (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
राजु पुन (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
खड्कबहादुर घर्ती (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
दुर्गा घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
जितबहादुर थकाली गुरुङ (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत

सुजन पुन (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
विकल थकाली (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
हरिप्रसाद बुढा (पुलिस क्लब)	कांस्य
नगेन्द्र आचार्य (पुलिस क्लब)	कांस्य
मिक्स टिम कम्पाउन्ड	
रमेश भट्टचन (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
परसदा आचार्य (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मोनिका रानामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
योगेन्द्र शेरचन (गण्डकी प्रदेश)	रजत
खुमबहादुर कुमाल (आर्मी क्लब)	कांस्य
इमायुङ राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
मिक्स टिम रिकर्भ	
	स्वर्ण
रोजिना थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
गीताकुमारी खत्री (एपिएफ क्लब)	रजत
विराट थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
रोशन नगरकोटी (आर्मी क्लब)	कांस्य
मञ्जु बजगाईं (आर्मी क्लब)	कांस्य
मिक्स टिम स्टान्डर्ड	
प्रदीप सुनार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
शारदा बिक (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनुष्का शेरचन (गण्डकी प्रदेश)	रजत
दुर्गा घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुजन देउला (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सोनुजया राई (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला कम्पाउन्ड	
इमायुङ राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
परसदा आचार्य (एपिएफ क्लब)	रजत
निर्मला कामबाङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला रिकर्भ	
रोजिना थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
मञ्जु बजगाईं (आर्मी क्लब)	रजत
ज्ञानु अवाले (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला स्टान्डर्ड	
सोनुजया राई (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
योगिता कामबाङ (प्रदेश १)	रजत
शारदा बिक (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला स्टान्डर्ड टिम	
सरु तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
खड्गकुमारी थापामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
तुलसी थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण

शारदा बिक (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गंगा राई (प्रदेश १)	रजत
योगिता कामबाङ (प्रदेश १)	रजत
अञ्जु राई (प्रदेश १)	रजत
स्मृति उप्रेती (प्रदेश १)	रजत
सोलिना गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
शर्मिला गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अनुष्का शेरचन (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
एथलेटिक्स : पुरुष ४ X ४०० सय मिटर रिले	
सोमबहादुर कुमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रकाश दनुवार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जीवन चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रामप्रसाद थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सञ्जीप नेपाली (एपिएफ क्लब)	रजत
शिवराज पार्की (एपिएफ क्लब)	रजत
आशिष चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
नीरप्रताप महतो (एपिएफ क्लब)	रजत
सहनचन्द्र साह (पुलिस क्लब)	कांस्य
तेजबहादुर कार्की (पुलिस क्लब)	कांस्य
अमृत बोट (पुलिस क्लब)	कांस्य
अरुण महतो थारु (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष १० हजार मिटर	
दीपक अधिकारी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गोपिचन्द्र पार्की (एपिएफ क्लब)	रजत
गजेन्द्र राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष १ सय मिटर	
शिवराज पार्की (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
युवराज बिक (आर्मी क्लब)	रजत
दिल भण्डारी (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष १ सय १० मिटर हर्डल्स	
जीवन चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
चन्द्रदेव जोशी (पुलिस क्लब)	रजत
रामप्रसाद थारु (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष १५ सय मिटर	
मुकेश पाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अजित यादव (एपिएफ क्लब)	रजत
नागेश्वर अहिर (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष २ सय मिटर	
शिवराज पार्की (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
आशिष चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
युवराज विक (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ३ हजार मिटर स्टेपल चेज	
दुर्गाबहादुर बुढा (कर्णाली प्रदेश)	स्वर्ण

अजित यादव (एपिएफ क्लब)	रजत
सुवाष कार्की (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ४ X १ सय मिटर रिले	
शिवराज पार्की (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
चन्द्रबहादुर पुलामीमगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
आशिष चौधरी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
नीरप्रताप महतो (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
जीवन चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
दिल भण्डारी (आर्मी क्लब)	रजत
युवराज बिक (आर्मी क्लब)	रजत
विवश थारु (आर्मी क्लब)	रजत
सीमान्त पाण्डे (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
सुजल डाँगी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
रोशन थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
तुलसीराम थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ४ सय मिटर	
सोमबहादुर कुमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आशिष चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
प्रकाश दनुवार (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ४ सय टिमर हर्डल्स	
रामप्रसाद थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जीवन चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
नीरप्रताप महतो (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष ५ हजार मिटर	
गोपिचन्द्र पार्की (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
दुर्गाबहादुर बुढा (कर्णाली प्रदेश)	रजत
मुकेश पाल (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ८ सय मिटर	
सोमबहादुर कुमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
तेजबहादुर कार्की (पुलिस क्लब)	रजत
सुनिल सुनार (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष डिस्कस थ्रो	
चित्रबहादुर ओली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पुस्कल खड्का (पुलिस क्लब)	रजत
हेमन्त पाल (सुदूरपश्चिम क्लब)	कांस्य
पुरुष हाई जम्प	
सूर्यबहादुर खत्री (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निकेश महतो (बागमती प्रदेश)	रजत
रोशनकुमार दनुवार (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष ज्याभ्लिन थ्रो	
रोहित चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रमेश पोखरेल (एपिएफ क्लब)	रजत
मनोज डगौरा(एपिएफ क्लब)	कांस्य

पुरुष लङ जम्प

सलिम देवान (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
दिल्ली खत्री (आर्मी क्लब)	रजत
नारायण चौधरी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

पुरुष म्याराथन

अनिष थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
कृष्ण बस्नेत (आर्मी क्लब)	रजत
सन्तोषविक्रम बिष्ट (एपिएफ क्लब)	कांस्य

पुरुष सट पुट

तिलक विक (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
चित्रबहादुर ओली (आर्मी क्लब)	रजत
ललित राउत (बागमती प्रदेश)	कांस्य

पुरुष ट्रिपल जम्प

दिल्ली खत्री (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
चन्द्रदेव जोशी (पुलिस क्लब)	रजत
सुदीप महतो (बागमती प्रदेश)	कांस्य

महिला १० हजार मिटर

सन्तोषी श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
राजपुरा पछाई (पुलिस क्लब)	रजत
पुष्पा भण्डारी (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला १ सय मिटर हर्डल्स

जयरानी थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निर्मला थापा (आर्मी क्लब)	रजत
भागरथी कुमारी थारु (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला १ सय मिटर

सरस्वती चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निशा चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
रमिता थारु (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला १५ सय मिटर

फूलमती राना (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सरस्वती भट्टराई (आर्मी क्लब)	रजत
रेखा लिम्बु (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला २ सय मिटर

निशा चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
रमिताकुमारी थारु (एपिएफ क्लब)	रजत
लक्ष्मीकुमारी साउद (पुलिस क्लब)	कांस्य

महिला ४×१ सय मिटर रिले

सरस्वती चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रमिता थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जयरानी थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निर्मला थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मनीषा अधिकारी (गण्डकी प्रदेश)	रजत
अनिषा भण्डारी (गण्डकी प्रदेश)	रजत
निशा घर्ती (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सबिना (गण्डकी प्रदेश)	रजत
लुजला अमात्य (बागमती प्रदेश)	कांस्य
स्वागता खाइजु (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रकृति सुवाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रजिना दुलाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य

महिला ४×४ सय मिटर रिले

सरस्वती भट्टराई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जयरानी थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निर्मला थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कलेशी चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अरुणा रिजाल (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
रामकुमारी थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
निशा चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सम्झना थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
रजिना दुलाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अञ्जु खड्का (बागमती प्रदेश)	कांस्य
स्वागता खाइजु (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सन्तोषी श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य

महिला ४ सय मिटर

रमिताकुमारी थारु (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
निर्मला थापा (आर्मी क्लब)	रजत
कल्पना श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला ४ सय मिटर हर्डल्स

जयरानी थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
भागरथीकुमारी थारु (एपिएफ क्लब)	रजत
कल्पना श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला ५ हजार मिटर

सन्तोषी श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
राजपुरा पछाई (पुलिस क्लब)	रजत
पूर्णलक्ष्मी न्यौपाने (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला ८ सय मिटर

फूलमती राना (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सरस्वती भट्टराई (आर्मी क्लब)	रजत
रेखा लिम्बु (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला डिस्कस थ्रो

संगीता अधिकारी (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
जितकुमारी महतो (एपिएफ क्लब)	रजत
मिलन बुढामगर (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला हाई जम्प

खगिता सिंजाली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
बिन्दु थनेत (आर्मी क्लब)	रजत
सीमा श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

महिला ज्याभ्लिन थ्रो	
चन्द्रकला लाम्गादे (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
लक्ष्मी थारु (आर्मी क्लब)	रजत
सीमाकुमारी थारु (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला लङ जम्प	
जयरानी थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निशा चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
शीला चौधरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला म्याराथन	
विन्द्रा ढाँके श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विश्वरूपा बुढा (आर्मी क्लब)	रजत
रेखा बिष्ट (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला सट पुट	
चन्द्रकला लाम्गादे (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
संगीता अधिकारी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
वसन्ती कुमाल चौधरी (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ट्रिपल जम्प	
शीला चौधरी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सीमाकुमारी चौधरी (पुलिस क्लब)	रजत
रञ्जिता राई (एपिएफ क्लब)	कांस्य
ब्याडमिन्टन : पुरुष डबल्स	
प्रिन्स दाहाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सुदीप सुढाई (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
प्रफुल महर्जन (आर्मी क्लब)	रजत
रुकेश महर्जन (आर्मी क्लब)	रजत
जीवन आचार्य (पुलिस क्लब)	कांस्य
विष्णु कट्वाल (पुलिस क्लब)	कांस्य
विधान अधिकारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
भूगोल गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष सिंगल	
प्रिन्स दाहाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
विष्णु कट्वाल (पुलिस क्लब)	रजत
इरफन अंसारी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
प्रफुल महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष टिम इभेन्ट्स	
रुकेश महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रफुल महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पविन लिङ्थेप (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
डेविड थापामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सन्तोष पनेरु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुरज महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नवीन श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुमन लिम्बु (एपिएफ क्लब)	रजत
गौतमसिंह कठायत (एपिएफ क्लब)	रजत
देवराज राना (एपिएफ क्लब)	रजत
निराजन देवकोटा (एपिएफ क्लब)	रजत
प्रनिषसिंह ठकुरी (एपिएफ क्लब)	रजत
जोशेफ अधिकारी (एपिएफ क्लब)	रजत
विजित थापामगर (एपिएफ क्लब)	रजत
सुनिल जोशी (पुलिस क्लब)	कांस्य
अनिष श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	कांस्य
गौरव दाहाल (पुलिस क्लब)	कांस्य
विष्णु कट्वाल (पुलिस क्लब)	कांस्य
जीवन आचार्य (पुलिस क्लब)	कांस्य
दीपक बोहोरो (पुलिस क्लब)	कांस्य
प्रिन्स दाहाल (पुलिस क्लब)	कांस्य
विशालबाबु खड्का (एनआरएनए)	कांस्य
तुलाराम धामी (एनआरएनए)	कांस्य
रिवाज ढकाल (एनआरएनए)	कांस्य
सुमन उदय (एनआरएनए)	कांस्य
दिवश विश्वकर्मा (एनआरएनए)	कांस्य
साहिल चन्द (एनआरएनए)	कांस्य
एसिया जगेबु (एनआरएनए)	कांस्य
मिक्स डबल्स	
प्रफुल महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रसिला महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जीवन आचार्य (पुलिस क्लब)	रजत
नीता लम्साल (पुलिस क्लब)	रजत
यमकुमारी गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विशाल खड्का (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुरोज महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
अमिता गिरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला डबल	
रसिला महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अमिता गिरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रार्थना देउवा (आर्मी क्लब)	रजत
अनुमाया राई (आर्मी क्लब)	रजत
जेसिका गुरुङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सुनयना मुखिया (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सृष्टि राई (प्रदेश १)	कांस्य
रोजी राई (प्रदेश १)	कांस्य
महिला सिंगल	
रसिला महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनुमाया राई (आर्मी क्लब)	रजत
अमिता गिरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
नङ्सला तामाङ (प्रदेश १)	कांस्य

महिला टिम इभेन्ट

प्रार्थना देउवा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रसिला महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोज पाण्डे (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनुमाया राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अमिता गिरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जेसिका गुरुङ (एपिएफ क्लब)	रजत
सुनयना मुखिया (एपिएफ क्लब)	रजत
शोभा गौचन (एपिएफ क्लब)	रजत
पूजा श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
नङ्सल तामाङ (प्रदेश १)	कांस्य
सृष्टि राई (प्रदेश १)	कांस्य
सीमा राजवंशी (प्रदेश १)	कांस्य
रोजी राई (प्रदेश १)	कांस्य
अरुणा तामाङ (प्रदेश १)	कांस्य
एलिना श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
विस्ना बिष्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
एलिना सुनार (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
निलिमा महरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
प्रसुना खत्री (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
प्रियांशु बम (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य

बास्केटबल : पुरुष टिम ३×३ (यू–२३)

सुदीप कार्की (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
पुष्कल छन्त्याल (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
खिम गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
लेखमान गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
पेम्बा शेर्पा (एपिएफ क्लब)	रजत
अभिषेकराज सिंह (एपिएफ क्लब)	रजत
जसमान तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
विजेश तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
आशुतोष उप्रेती (बागमती प्रदेश)	कांस्य
परेक्षित कुँवर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
दिपेन राउत (बागमती प्रदेश)	कांस्य
आशिष महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य

पुरुष टिम ५×५

मनीष केसी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
कमल थापा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
केतन खड्का (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुजन लिम्बु (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मबिन्द्र भण्डारी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुशील गुरुङ(एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
श्रेयुषबहादुर शाही (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विनोद श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सदिस प्रधान (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विजय बुर्जा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
निकेष रखाल मगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुदीप पौडेल क्षेत्री (गण्डकी प्रदेश)	रजत
स्पन्धन प्रधानांग (गण्डकी प्रदेश)	रजत
जसाङ सुनुवार (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुजन महर्जन (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रूपेश खड्का (गण्डकी प्रदेश)	रजत
अमृत कोइराला (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रवि पौडेल (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुविन श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
अञ्जल गर्बुजा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रोविन खत्री (आर्मी क्लब)	कांस्य
विनोद महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
आयुष सिंह (आर्मी क्लब)	कांस्य
सिद्धार्थ महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
निश्चल महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
रामकृष्ण घतेने (आर्मी क्लब)	कांस्य
अजय कुशवा (आर्मी क्लब)	कांस्य
विमल कार्की (आर्मी क्लब)	कांस्य
सौरभ श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	कांस्य
परेश श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला टिम ३×३ (यू–२३)

साधना घिसिङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अस्मिता केसी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
छिरिङ चोकी शेर्पा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
आकृति श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
शिवाङ्गी लिम्बु (आर्मी क्लब)	रजत
कृति चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
सुमनता खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
जेनिशा श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
स्मृति गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
रोशनी गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सिरु शाही (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रिया कालिकोटे (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

महिला टिम ५×५

प्रतीक्षा मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गरिसा सिलवाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मीना गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
एलिना गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अमिषा घले (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अस्मिता थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोशनी श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण

ममता गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रचना श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
भावना केसी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनुषा मल्ल (बागमती प्रदेश)	रजत
रिन्चेन मोक्तान (बागमती प्रदेश)	रजत
बिनामनी योन्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
एलिसा मल्ल (बागमती प्रदेश)	रजत
श्रेया खड्का (बागमती प्रदेश)	रजत
माया स्याङ्तान (बागमती प्रदेश)	रजत
मुना महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
रीना कार्की (बागमती प्रदेश)	रजत
प्रेदिका महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
सोनी वाइवा तामाङ (बागमती प्रदेश)	रजत
गरिमा श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सानिया पुन (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
निर्वृती शर्मा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
दीपीका गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
खुसी प्रधान (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
कुसुम गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
युनिसा लामा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
ईशा पुन (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
कविता गर्बुजा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सीमा गर्बुजा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
शारीरिक सुगठन : पुरुष +८० केजी	
उमेश राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विष्णु निसाद (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
आदित्य ठाकुर (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष ५५ केजी	
विवेक हमाल (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
दिनेश गोसाई (बागमती प्रदेश)	रजत
रमेश फोम्बो (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ६० केजी	
डेविड बलामी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
किसन दिवाकर (एपिएफ क्लब)	रजत
सुनील आले (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६५ केजी	
असिम गरुन्गे (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
नवराज डुम्रे (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सुनील चन्द (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७० केजी	
प्रज्वलमान शाक्य (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
किरण यादव (मधेश प्रदेश)	रजत
विजेन्द्रमान श्रेष्ठ (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७५ केजी	
नरेश मालाकार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सानी आजम (मधेश प्रदेश)	रजत
योगेशराज शाही (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ८० केजी	
ललित धिमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राकेश श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
रत्नसुन्दर न्याकुशी (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष स्पोर्ट्स फिजिक्स १७०+ सीएम	
अवतार श्रेष्ठ (प्रदेश १)	स्वर्ण
निहाल जोशी (एपिएफ क्लब)	रजत
सुरज डंगोल (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष स्पोर्ट्स फिजिक्स १७० सीएम	
प्रदीप रेग्मी (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
शुकदेव कार्की (पुलिस क्लब)	रजत
किरण सुवाल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला मोडल फिजिक्स ओपन	
श्वेता कपाली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोजिना खायामली (बागमती प्रदेश)	रजत
सनम मुलगुथी (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ओपन	
पूजा श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
जस्मिन लामा (आर्मी क्लब)	रजत
रजनी श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
बक्सिङ : पुरुष +९२ केजी	
आशिष दुवाडी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उज्वलसिंह बस्न्यात (बागमती प्रदेश)	रजत
सुजन थापामगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
सुरज ओझा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ४८ केजी	
सुशील थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रविन थापा (बागमती प्रदेश)	रजत
आस तामाङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सुरज ओली (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ५१ केजी	
चन्द्रबहादुर थापा (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
प्रदीप महर्जन (एपिएफ क्लब)	रजत
लालप्रसाद उप्रेती (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुवाष तामाङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ५४ केजी	
प्रेम चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आङ पेम्बा शेर्पा (प्रदेश १)	रजत
मदनकृष्ण डंगोल (बागमती प्रदेश)	कांस्य

पूर्णबहादुर गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ५७ केजी	
सिबु थापा (एनआरएनए)	स्वर्ण
पुरन राई (एपिएफ क्लब)	रजत
बुद्ध ग्याम्जो लामा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रकाश शाही (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६० केजी	
पूर्ण सुनुवार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनिलकुमार पुनमगर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सुलभ माली (बागमती प्रदेश)	कांस्य
निश्चल गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६३.५ केजी	
मौसम रानामगर (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
लालु आलेमगर (आर्मी क्लब)	रजत
सफल घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
नेत्रबहादुर थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६७ केजी	
धनबहादुर दर्लामी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अभिनय राई (प्रदेश १)	रजत
दावा छिरिङ लामा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सनिल शाही (एनआरएनए)	कांस्य
पुरुष ७१ केजी	
दीपेश लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
चन्द्रबहादुर तामाङ (एनआरएनए)	रजत
निश्चल बिष्ट (एपिएफ क्लब)	कांस्य
श्यामबहादुर महता (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७५ केजी	
दीपक श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
हेमराज रावत (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
प्रशान्त दाहाल (प्रदेश १)	कांस्य
विनिस राई (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ८० केजी	
महेन्द्र केसी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मोहन तामाङ (बागमती प्रदेश)	रजत
फुर्देनी शेर्पा (प्रदेश १)	कांस्य
रविसिंह आग्री (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ८६ केजी	
रविन नेपाल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विजय बाटा (बागमती प्रदेश)	रजत
किरण विके (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अमरबहादुर पल्ली (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ९२ केजी	
दीपक सुनवार (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
गणेश प्रधान (आर्मी क्लब)	रजत
गोकुल गुरुङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
ललित भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला ४८ केजी	
सुष्मा तामाङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
निता गोसाई (एपिएफ क्लब)	रजत
जानकी थापामगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
आरती बोम्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ५० केजी	
अस्मिता दुवाल (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
दिवाना शेर्मा (पुलिस क्लब)	रजत
नन्जा बुढामगर (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सोनिया बरुवाल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५२ केजी	
मिनु गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अञ्जली तेली (बागमती प्रदेश)	रजत
सञ्जुमाया थिङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
माया खत्री क्षेत्री (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५४ केजी	
वर्षा श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुस्मिता राई (प्रदेश १)	रजत
नीशा तामाङ (पुलिस क्लब)	कांस्य
स्वस्तीका तिरुवा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला ५७ केजी	
चन्द्रकला थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रियंका गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
हेमा राई (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुजनकुमारी कुमाल (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ६० केजी	
संगीता सुनार (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
संगीता दंगाल (आर्मी क्लब)	रजत
डेचेन पाङ्कर्मा शेर्पा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुरिकसिया कुमारी कुमाल (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ६३ केजी	
पुनम रावल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सञ्जिता चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
माया चौधरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
अस्मिता चन्द (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
महिला ६६ केजी	
विनिता थापामगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सपना ऐडी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
निष्मा गुरुङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
नीरु गुरुङ (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला ७० केजी

सरस्वती राना (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अनुपा चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
रञ्जिता मगर (प्रदेश १)	कांस्य
जुनमाया थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य

महिला ७५ केजी

त्रिसा जागेबु (प्रदेश १)	स्वर्ण
मनिता राई (एपिएफ क्लब)	रजत
स्मृति विश्वास (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रिया सुनार (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य

चेस (बुद्धिचाल) : पुरुष ब्लिज

रूपेश जैसवाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
क्षितिज भण्डारी (पुलिस क्लब)	रजत
सजिन महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य

पुरुष क्लासिकल ओपन

क्षितिज भण्डारी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
रूपेश जैसवाल (आर्मी क्लब)	रजत
राजन सुवेदी (प्रदेश १)	कांस्य

पुरुष र्‍यापिड

रूपेश जैसवाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मिलन लामा (आर्मी क्लब)	रजत
सुरवीर लामा (पुलिस क्लब)	कांस्य

महिला ब्लिज

सुजना लोहनी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पूर्णिमा गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
सिन्दिरा जोशी (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला क्लासिकल ओपन

सुजना लोहनी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सिन्दिरा जोशी (आर्मी क्लब)	रजत
खुस्बु थापा (प्रदेश १)	कांस्य

महिला र्‍यापिड

सुजना लोहनी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कृतिसरा अधिकारी (प्रदेश १)	रजत
पूजा भण्डारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

क्रिकेट : पुरुष टिम

मञ्जित श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
दीपेन्द्रसिंह ऐरी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
मो. आरिफ शेख (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
कुशल भुर्तेल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
दिलीप नाथ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सुनिल धमला (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
शंकर राणा (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सागर ढकाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
ललितनारायण राजवंशी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
रसिद खान (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
योगेन्द्रसिंह कार्की (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
गुल्सनकुमार झा (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
पवन सर्राफ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
करण केसी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
विनोद भण्डारी (आर्मी क्लब)	रजत
राजेश पुलामी (आर्मी क्लब)	रजत
रोहितकुमार पौडेल (आर्मी क्लब)	रजत
भीम सार्की (आर्मी क्लब)	रजत
हरि चौहान (आर्मी क्लब)	रजत
कुशल मल्ल (आर्मी क्लब)	रजत
अर्जुन साउद (आर्मी क्लब)	रजत
सोनु तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
सोमपाल कामी (आर्मी क्लब)	रजत
सुसन भारी (आर्मी क्लब)	रजत
साहब आलम (आर्मी क्लब)	रजत
जीतेन्द्र मुखिया (आर्मी क्लब)	रजत
आकाश चन्द (आर्मी क्लब)	रजत
रमेश भट्ट (आर्मी क्लब)	रजत
राजु रिजाल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
नारायण जोशी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
हेमन्त धामी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
वसन्त खत्री (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
वसन्त कार्की (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
शेर मल्ल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
खड्क बोहोरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
लोकेन्द्र चन्द (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
नरेन साउद (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
दिलबहादुर बोहोरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
मिलन बोहोरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
अनिल थापा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
भोजराज भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
दीपक रोकाया (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य

क्रिकेट : महिला टिम

रुविना क्षेत्री बेल्बासी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
कविता जोशी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
संगीता राई (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
अप्सरी बेगम (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
काजल श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
रेवती धामी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सबनम राई (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
कविता कुँवर (पुलिस क्लब)	स्वर्ण

हिरण्मयी रोय (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
मनीषा उपाध्याय (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
ईश्वरी बिष्ट (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
शोभा रोकाया (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
लक्ष्मी साउद (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सम्झना खड्का (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सीता रानामगर (एपिएफ क्लब)	रजत
सरिता मगर (एपिएफ क्लब)	रजत
इन्दु वर्मा (एपिएफ क्लब)	रजत
सोनु खड्का (एपिएफ क्लब)	रजत
राजमती ऐरी (एपिएफ क्लब)	रजत
रेखा रावल (एपिएफ क्लब)	रजत
ज्योति पाण्डे (एपिएफ क्लब)	रजत
सुष्मा श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
सुमन बिष्ट (एपिएफ क्लब)	रजत
ममता चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
मञ्जु बोगटी (एपिएफ क्लब)	रजत
निशा भट्ट (एपिएफ क्लब)	रजत
रोमा थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
नेरी थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
आरती बिडारी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
संस्कृति फुँयाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सोनी पाखिन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अनिषा मजाकोटी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
करिष्मा गुरुङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अस्मिना कर्माचार्य (बागमती प्रदेश)	कांस्य
विपिशा शाही (बागमती प्रदेश)	कांस्य
हेलिसा गुरुङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सलिना सिलवाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
बिन्दा कटुवाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुमन खतिवडा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
कञ्चन श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अस्मिता खरेल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
खुसी डंगोल (बागमती प्रदेश)	कांस्य

साइक्लिङ : पुरुष क्रस कन्ट्री

सुरज रानामगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
हिमाल टमटा (आर्मी क्लब)	रजत
लक्ष्मण मल्ल (एपिएफ क्लब)	कांस्य

पुरुष डाउन हिल

राजेश मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निरभ श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत
प्रचित थापामगर (एपिएफ क्लब)	कांस्य

पुरुष रोड रेस मास

हिक्मत विक (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सुरज रानामगर (एपिएफ क्लब)	रजत
हिमाल टमटा (आर्मी क्लब)	कांस्य

पुरुष रोड रेस टाइम ट्राइल

सुरज रानामगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
हिमाल टमटा (आर्मी क्लब)	रजत
लक्ष्मण मल्ल (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला क्रस कन्ट्री

लक्ष्मी मगर (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
उषा खनाल (आर्मी क्लब)	रजत
हुमी बुढामगर (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला डाउन हिल

निष्मा श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उषा खनाल (आर्मी क्लब)	रजत
जमुना थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

महिला रोड रेस मास

उषा खनाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
हुमी बुढामगर (एपिएफ क्लब)	रजत
मञ्जुकुमारी खड्का (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला रोड रेस टाइम ट्राइल

उषा खनाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
हुमी बुढामगर (एपिएफ क्लब)	रजत
मञ्जुकुमारी खड्का (आर्मी क्लब)	कांस्य

फेन्सिङ : पुरुष ईपी एकल

ओमकार सिंह (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
राम थापा (आर्मी क्लब)	रजत
मीनबहादुर कार्की (आर्मी क्लब)	कांस्य
विजय अधिकारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

पुरुष ईपी टिम

राम थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राजेश चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुरज सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मीनबहादुर कार्की (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सागर थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
जंग गिरी (एपिएफ क्लब)	रजत
सुक्रिम तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
भीष्मराज दाहाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
राहुल दर्शन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
गगन राई (बागमती प्रदेश)	कांस्य
ओमकार सिंह (बागमती प्रदेश)	कांस्य
नवराज जंग कार्की (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुनीलबहादुर थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विजय अधिकारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

प्रशान्त गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

पुरुष फोइल टिम

आर्यन कार्की (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
नारायण गौतम (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सञ्जिप लामा (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
पुरुषोत्तम खत्री (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
राजनराज खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
नरेन्द्रसिंह धामी (आर्मी क्लब)	रजत
वीरसिंह शाही (आर्मी क्लब)	रजत
गणेश चन्द (आर्मी क्लब)	रजत
राजेश श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
करण विश्वकर्मा (प्रदेश १)	कांस्य
भुवन मलिक (प्रदेश १)	कांस्य
राजन भण्डारी (प्रदेश १)	कांस्य
अंशु चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य

पुरुष एकल फोइल

जलेन्द्रबहादुर शाही (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
सञ्जिप लामा (बागमती प्रदेश)	रजत
वीरसिंह शाही (आर्मी क्लब)	कांस्य
शेरसिंह ऐरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य

पुरुष एकल साब्रे

राजेन्द्र गजुरेल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
उपेन्द्रबहादुर शाही (आर्मी क्लब)	रजत
खिमराज खत्री (एपिएफ क्लब)	कांस्य
रघुवीर चन्द (आर्मी क्लब)	कांस्य

पुरुष साब्रे टिम

नुरबहादुर थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उपेन्द्रबहादुर शाही (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रघुवीर चन्द (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
डा. मनीष थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
शाश्वत सुनाम परियार (बागमती प्रदेश)	रजत
सोयबमान श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत
पायष योञ्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
अमिर रायमाझी (बागमती प्रदेश)	रजत
प्रकाश कुँवर (एपिएफ क्लब)	कांस्य
राजेन्द्र गजुरेल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
खिमराज खत्री (एपिएफ क्लब)	कांस्य
भरत चुनरा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
दिनेशबहादुर पाण्डे (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुजन गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
खुसीमान गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
शुक्रराज सुनार (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

महिला ईपी टिम

सीता पाठक (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पुजनकुमारी कुमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मनीषा रायमाझी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
इन्दिरा पौडेल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनिता कार्की (एपिएफ क्लब)	रजत
जानुका स्याङ्तान (एपिएफ क्लब)	रजत
श्रृद्धा मल्ल (एपिएफ क्लब)	रजत
सुधिना धिमाल (एपिएफ क्लब)	रजत
तिलसाकुमारी चौधरी (प्रदेश १)	कांस्य
इन्दीरा राई (प्रदेश १)	कांस्य
मखमली खड्का (प्रदेश १)	कांस्य
प्रमिला विश्वकर्मा (प्रदेश १)	कांस्य
रेश्मा जैसी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य

महिला ईपी एकल

इन्दीरा पौडेल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सीता पाठक (आर्मी क्लब)	रजत
पुजनकुमारी कुमाल (आर्मी क्लब)	कांस्य
जानुका स्याङ्तान (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला फोइल टिम

मन्दिरा थापा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अनिता अधिकारी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
उर्मिला माझी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मनीषा राई (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुजाता कुँवर (बागमती प्रदेश)	रजत
संगीता लम्साल (बागमती प्रदेश)	रजत
गोमा आचार्य (बागमती प्रदेश)	रजत
कल्पना मगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
मनीषा थापा (आर्मी क्लब)	कांस्य
सुस्मिता तामाङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
रमाकुमारी सिंह (आर्मी क्लब)	कांस्य
दिपिसा गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुविना घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अस्मिता मगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
मीरा पुन (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

महिला एकल फोइल

रमाकुमारी सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मनीषा राई (एपिएफ क्लब)	रजत
मन्दीरा थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
अनिता अधिकारी (एपिएफ क्लब)	कांस्य

महिला एकल साब्री

शिक्षा नापित (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
उर्मिला लामा (एपिएफ क्लब)	रजत
रविना थापा (आर्मी क्लब)	कांस्य
मनीषा श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	कांस्य

महिला साब्री टिम	
शिक्षा नापित (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सोफिया चन्द (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
आकी प्रजापती (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
विनिता कार्की (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
मनीषा श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
पवित्रा खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
जानुका थापामगर (आर्मी क्लब)	रजत
रविना थापा (आर्मी क्लब)	रजत
यशोदा चौधरी (प्रदेश १)	कांस्य
दिलकुमारी श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
सञ्जीवनी चौधरी (प्रदेश १)	कांस्य
सुशीलाकुमारी चौधरी (प्रदेश १)	कांस्य
सुकुमाया घिसिङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
तुलषा बुढाथोकी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
मुना थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
उर्मिला लामा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
फुटबल : पुरुष टिम	
तोपबहादुर बिष्ट (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
नवीन लामा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुदीप सिखाकार (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
हरि कार्की (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मनबहादुर रानामगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मणीकुमार लामा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
आवास लामिछाने (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
प्रदीप लामा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सविन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विश्वास उदास (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
राजु नगरकोटी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सनिष श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विकु तामाङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
दीपेश धिमाल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुमन श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
युवराज खड्का (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विशाल स्याङ्तान (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रविचन्द्र थापा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
बुद्धिमान राई (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
शरणसिंह बस्नेत (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
भरत खवास (आर्मी क्लब)	रजत
विकास तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
सेसेहाङ आङदेम्बे (आर्मी क्लब)	रजत
सुमन अर्याल (आर्मी क्लब)	रजत
विकेश कुथु (आर्मी क्लब)	रजत
नवयुग श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
विकास खवास (आर्मी क्लब)	रजत
दीनेश हेन्जन (आर्मी क्लब)	रजत
विवेक बस्नेत (आर्मी क्लब)	रजत
आशिष शाक्य (आर्मी क्लब)	रजत
कमलबहादुर थापा (आर्मी क्लब)	रजत
सीमान्त थापा (आर्मी क्लब)	रजत
पदम तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
युद्ध शाही (आर्मी क्लब)	रजत
विमल पाण्डे (आर्मी क्लब)	रजत
दीपक गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
विश्वास चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
अनीष श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
जर्जप्रिन्स कार्की (आर्मी क्लब)	रजत
सुदित राई (आर्मी क्लब)	रजत
मनबहादुर तामाङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अजित गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
भिसन गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विजय श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
जीवन गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
दीप कार्की (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सरोज योञ्जन (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
रणदीप पौडेल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
आशिष गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
कमल थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रकाश पुन (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
दीपेश आले मगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुमित श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
आकाश थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सन्दीप गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
वीरेन्द्र सारु मगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
मुकुन्द निभ्रे (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
राजकुमार कुँवर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
जय गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
दिनेश घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
फुटबल : महिला टिम	
अनु लामा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
नीशा थोकर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सृजना चेम्जोङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अनिता केसी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सावित्रा भण्डारी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सरु लिम्बु (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
गीता राना (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण

रविना गोले (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रञ्जना दर्जी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अञ्जिला तुम्बापो सुब्बा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मञ्जलीकुमारी योञ्जन (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
हीराकुमारी भुजेल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
प्रीति राई (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रेणुका हमाल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मनमायाँ लिम्बु (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सावीत्रा किसन (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सबिता रानामगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रेणुकाकुमारी आलेमगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रोशनी बोहोरा क्षेत्री (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अनिता बस्नेत (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
दीपा न्यौपाने (पुलिस क्लब)	रजत
रेविका पाण्डे (पुलिस क्लब)	रजत
उषा नाथ (पुलिस क्लब)	रजत
सृजना खड्का (पुलिस क्लब)	रजत
नीरु थापा (पुलिस क्लब)	रजत
मनी गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
घीमकुमारी गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
निर्मला विक (पुलिस क्लब)	रजत
पुञ्जली कुसवार (पुलिस क्लब)	रजत
मन्दा मुखिया (पुलिस क्लब)	रजत
मोनिका पुलामी मगर (पुलिस क्लब)	रजत
समीक्षा घिमिरे (पुलिस क्लब)	रजत
रेखा पौडेल (पुलिस क्लब)	रजत
निर्मला उपाध्याय (पुलिस क्लब)	रजत
अमृता जैसी (पुलिस क्लब)	रजत
सपना राई (पुलिस क्लब)	रजत
सरु वाइबा (पुलिस क्लब)	रजत
मनीषा राउत (पुलिस क्लब)	रजत
अनुष्का शेर्पा (पुलिस क्लब)	रजत
सृजना सुरार (पुलिस क्लब)	रजत
अञ्चली वाइवा (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुनम जर्गामगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
गंगा गुरुङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
विमला विक (आर्मी क्लब)	कांस्य
कुष्मा राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
दीपा राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
इन्दिरा राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
रश्मि घिसिङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
हिमा चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
विमला चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
चन्द्रा भण्डारी (आर्मी क्लब)	कांस्य
अञ्जना रानामगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
दीपा शाही (आर्मी क्लब)	कांस्य
अमिसा कार्की (आर्मी क्लब)	कांस्य
निलम सिंह (आर्मी क्लब)	कांस्य
मोनिका कुश्वार (आर्मी क्लब)	कांस्य
कुशुम खतिवडा (आर्मी क्लब)	कांस्य
सपना लामा (आर्मी क्लब)	कांस्य
मनिता चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
सुशीलाकुमारी चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य

फुल कन्ट्याक्ट कराते : पुरुष ४० केजी

अभिषेक डिमडुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सागर थिङ (आर्मी क्लब)	रजत
सुभम पासवान (प्रदेश १)	कांस्य
मो. अरमान साफी (मधेश प्रदेश)	कांस्य

पुरुष ४५ केजी

सुनील तामाङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
राजुकुमार यादव (आर्मी क्लब)	रजत
नारायण विक (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
गोविन्द गौतम चौहान (मधेश प्रदेश)	कांस्य

पुरुष ५० केजी

अनिष बुढामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
विजय राई (बागमती प्रदेश)	रजत
वीरेन्द्र बोहोरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
सुसांग श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	कांस्य

पुरुष ५५ केजी

धर्मिन्द्र राम (मधेश प्रदेश)	स्वर्ण
चोपबहादुर बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	रजत
पासाङ तामाङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
गोरखबहादुर नगरकोटी (एपिएफ क्लब)	कांस्य

पुरुष ६० केजी

सुसन लामिछाने (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
विकास गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
थोमप्रकाश खड्का (एपिएफ क्लब)	कांस्य
मोसेस कुमाल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य

पुरुष ६५ केजी

सन्नीसिंह सुनार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
शिव भुजेल (गण्डकी प्रदेश)	रजत
दिलीप यादव (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
दिसन तामाङ (एनआरएनए)	कांस्य

पुरुष ओपन वेट

विनय सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रूपक नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	रजत

सुजित खड्का (मधेश प्रदेश)	कांस्य
अमिर देउला (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ४० केजी	
पुष्पा कुँवर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
गरीमा पार्की (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
दीपा शाही (एपिएफ क्लब)	कांस्य
आकृति विश्वकर्मा (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ४५ केजी	
रीना माझी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अञ्जना ढुंगेल (पुलिस क्लब)	रजत
उषा रावल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
एकता कुमाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला ५० केजी	
करिष्मा कार्की (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
नविनता घलान (बागमती प्रदेश)	रजत
अनुपा नेपाली (आर्मी क्लब)	कांस्य
प्रमिला बुमी (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
महिला ५५ केजी	
धनी रानामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
पत्रिका चन्द (आर्मी क्लब)	रजत
अस्मिता घरेल (मधेश प्रदेश)	कांस्य
अम्बिका भुजेल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला खुला तौल	
मञ्जु विक (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नीशा बोहोरा (बागमती प्रदेश)	रजत
सिवानी श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
ममिता बोहोरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
गल्फ : पुरुष एकल	
सुवाष तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सद्भाव आचार्य (बागमती प्रदेश)	रजत
युवराज भुजेल (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष टिम	
टासी छिरिङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
टासी छिरिङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
वाङ्चेन ढोन्डुप (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सद्भाव आचार्य (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सुन्दर राई (प्रदेश १)	रजत
युवराज भुजेल (प्रदेश १)	रजत
सुमन परियार (प्रदेश १)	रजत
रजेन राई (प्रदेश १)	रजत
विष्णुबहादुर कार्की (आर्मी क्लब)	कांस्य
झलेन्द्र भट्टराई (आर्मी क्लब)	कांस्य
निष्चलजंग रायमाझी (आर्मी क्लब)	कांस्य
सुवाष तामाङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
गल्फ : महिला एकल	
कश्मिरा शाह (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
तारा कार्की चित्रकार (बागमती प्रदेश)	रजत
सुष्मा सिग्देल (प्रदेश १)	कांस्य
महिला टिम	
प्रतिभा राई (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
तारा कार्की चित्रकार (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
कश्मिरा शाह (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सम्झना दाहाल खत्री (प्रदेश १)	रजत
सुष्मा सिग्देल (प्रदेश १)	रजत
सुमित्रा लिम्बु (प्रदेश १)	रजत
जुनी गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
टीका गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुनिता राना (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
जिम्न्यास्टिक : पुरुष फ्लोर एक्सरसाइज	
	स्वर्ण
रोहन बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	रजत
उज्ज्वल तिवारी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष होरिजेन्टल बार	
	स्वर्ण
विश्वास सुवेदी (आर्मी क्लब)	रजत
उज्ज्वल तिवारी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष प्यारालल बार	
	स्वर्ण
उज्ज्वल तिवारी (एपिएफ क्लब)	रजत
रोहन बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	रजत
पुरुष पोमल हर्स (अलराउन्ड इभेन्ट)	
	स्वर्ण
उज्ज्वल तिवारी (एपिएफ क्लब)	रजत
रोहन बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष पोमल हर्स (एकल इभेन्ट)	
रिकेश तामाङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
	रजत
पिज्जा महर्जन (आर्मी क्लब)	रजत
पुरुष पोमल हर्स (टिम इभेन्ट)	
आयुष थोकर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विश्वास सुवेदी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पिज्जा महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुनिल बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
	स्वर्ण
रोहन बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रिकेश तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत

श्रीकृष्ण खर्बुजा (एपिएफ क्लब)	रजत
विष्णुप्रसाद बाटा (एपिएफ क्लब)	रजत
विजय लिम्बु (एपिएफ क्लब)	रजत
अमन तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
उज्ज्वल तिवारी (एपिएफ क्लब)	रजत
आर्नेष्ट सुवाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुमन तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
खगेन्द्र बिष्ट (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुमन नापित (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रवीण कार्की (बागमती प्रदेश)	कांस्य
युरान महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष रोमन रिङ	
	स्वर्ण
उज्ज्वल तिवारी (एपिएफ क्लब)	रजत
सुनिल बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष भाउल्टिङ टेबल	
रोहन बुढाथोकी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
	रजत
श्रीकृष्ण खर्बुजा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला फ्लोर एक्सरसाइज	
विदिशा न्यौपाने (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुनिता दर्नाल (एपिएफ क्लब)	रजत
प्रकृति थापामगर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला भाउल्टिङ टेबल (अलराउन्ड इभेन्ट)	
सुनिता दर्नाल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विदिशा न्यौपाने (आर्मी क्लब)	रजत
सुनिता निरौला (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला भाउल्टिङ टेबल (एकल)	
सुनिता दर्नाली (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुनिता निरौला (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
प्रकृति थापामगर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिल भाउल्टिङ टेबल (टिम इभेन्ट)	
रेगिसा घेमोसु (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सौभाग्य कोजु (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
जेनिसा थापा (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
प्रकृति थापामगर (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सुहानी महर्जन (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
रिजु रञ्जित (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
अर्पणा लामा (एपिएफ क्लब)	रजत
सायरी तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
सृजना फलमगर (एपिएफ क्लब)	रजत
जेसिका श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
सुनिता निरौला (एपिएफ क्लब)	रजत

सुनिता दर्नाल (एपिएफ क्लब)	रजत
अञ्जना थोकर (आर्मी क्लब)	कांस्य
चन्द्रकला खड्का (आर्मी क्लब)	कांस्य
जेसिका अधिकारी (आर्मी क्लब)	कांस्य
रूपसिका थापामगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
सुमा वाइवा (आर्मी क्लब)	कांस्य
विदिशा न्यौपाने (आर्मी क्लब)	कांस्य
ह्याण्डबल : पुरुष टिम	
विशाल बस्नेत (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
पवन छन्त्याल (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
निकेश गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
विशाल नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
तारा केसी (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सबिन गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
दिनेश श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
खुशल गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
चन्द्र केसी (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
प्रेमबहादुर गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
वासु गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सन्तोष श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
कल्याण भण्डारी (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
अटल अधिकारी (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
श्रीबहादुर सिंजाली (आर्मी क्लब)	रजत
कृष्णबहादुर चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
सुमन शाह (आर्मी क्लब)	रजत
यमबहादुर पुनमगर (आर्मी क्लब)	रजत
राजु पन्थ (आर्मी क्लब)	रजत
निर्मलबाबु श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
सुजन श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
विजय अधिकारी (आर्मी क्लब)	रजत
यमबहादुर गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
आकाश अधिकारी (आर्मी क्लब)	रजत
मदन चुनरा (आर्मी क्लब)	रजत
सरोजकुमार महतो (आर्मी क्लब)	रजत
नरेन्द्र बिसी (आर्मी क्लब)	रजत
प्रकाशसिंह धामी (आर्मी क्लब)	रजत
रामबाबु राय यादव (एपिएफ क्लब)	कांस्य
रणसिंह साउद (एपिएफ क्लब)	कांस्य
दीपकसिंह बोहोरा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
मेघराज गिरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
अमृत बोहोरा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
मोहनसिंह बोहोरा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
रविन्द्र भुजेल (एपिएफ क्लब)	कांस्य

नितेश धिमाल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सन्दीप कार्की (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सुरेश आलेमगर (एपिएफ क्लब)	कांस्य
विशाल तमाङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
इन्द्रनारायण चौधरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
हरिकेश बोहोरा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
दीपेन्द्र बुढाथोकी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
ह्याण्डबल : महिला टिम	
शारदा विक(आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विष्णा बोकटी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
देवकुमारी बास्कोटा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
शान्तिकला राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कल्पना ओली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मञ्जु राउत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सम्झना कुमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रतिकला राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रमिता खड्का (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
हिमालु रोका मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
शान्ता चन्द (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
ममता राणा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गंगा धामी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सबिता बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उमा राई (एपिएफ क्लब)	रजत
बन्दना राई (एपिएफ क्लब)	रजत
देवी श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
संगीता चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
अदिती चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
आइता लामु शेर्पा (एपिएफ क्लब)	रजत
विमला तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
समिना चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
सृजना तिमल्सिना (एपिएफ क्लब)	रजत
हिलिना राणा (एपिएफ क्लब)	रजत
सुमित्रा चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
सञ्जु राई (एपिएफ क्लब)	रजत
रुबी चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
कल्पना सिंजाली (एपिएफ क्लब)	रजत
योगिता गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
निश्मा बस्नेत (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
कोमाली खड्का (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विमला भुजेल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
आकृति गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
निलम रोका (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
गीता बुढाथोकी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
बबिता सिन्किजा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रीति विक (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पूजा डाँगी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
दिप्ती गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुस्मिता गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
स्वेता गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
चन्द्रा घर्ती (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
हकी : पुरुष टिम	
मदन पन्थ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राम ढुंगाना (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
किरण महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राम शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दीपक बिष्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जगदीश जोशी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अमरबहादुर गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
काशीराज राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राजेन्द्र कार्की (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मीनबहादुर थनेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दीपेन्द्र ऐरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोशन चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रदीप राजवंशी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पूरण ओली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोमन राणा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गणेश टमटा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रञ्जित राउत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
देवसिंह धामी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
केशवराज जोशी (पुलिस क्लब)	रजत
सुरेशप्रसाद जोशी (पुलिस क्लब)	रजत
सुरज बोहोरा (पुलिस क्लब)	रजत
नवराज खत्री (पुलिस क्लब)	रजत
हरिदत्त पाण्डे (पुलिस क्लब)	रजत
दीपकराज जोशी (पुलिस क्लब)	रजत
शेरबहादुर चन्द (पुलिस क्लब)	रजत
नरेन्द्र कार्की (पुलिस क्लब)	रजत
नवीन क्षेत्री (पुलिस क्लब)	रजत
महेश धामी (पुलिस क्लब)	रजत
कार्तिक गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
विमल विक (पुलिस क्लब)	रजत
गणेशसिंह ठगुन्ना (पुलिस क्लब)	रजत
योगेशकुमार बाहृघरे (पुलिस क्लब)	रजत
सागर आचार्य (पुलिस क्लब)	रजत
श्रवण कुमार (पुलिस क्लब)	रजत
अनिकेत प्रधान (पुलिस क्लब)	रजत

शशी दर्लामी (पुलिस क्लब)	रजत
सोमबहादुर थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सागर खाँड (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
कुशल नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
संगम (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अभिशेक सुनार (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अर्जुन श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पवन क्षेत्री (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विशाल कुमाल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पिताम्बर थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रेम विक (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुजन श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सागर परियार (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सोनु खान (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
हेमन पाइजा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
चन्द्र घर्ती (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
आशिक नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
कमल सुनार (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पवन परियार (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
हकी : महिला टिम	
ध्रुवकुमारी राणा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सीताकुमारी चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सीतामायाँ बल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मञ्जु बिष्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
बन्दना तिवारी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अमृता बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कमला चन्द (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निलिमा पाण्डे (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सविना केसी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मनीषा राना (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अम्बिका नेपाली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सरस्वती तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
डम्बरा भट्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सीमा खड्का (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अञ्जना चन्द ठकुरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
हिमाली थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुनिता नेगी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मनमाया लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दीक्षा बराल (गण्डकी प्रदेश)	रजत
ज्योति काफ्ले (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सेलेना गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
पूजा पुन (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सबिना पुन राना (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सोनु वराल (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रेश्मा थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुनिता गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
शील्पा डगौरा(गण्डकी प्रदेश)	रजत
सहारा खतिवडा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
मलिना राना (गण्डकी प्रदेश)	रजत
कमला पुन (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रसिसा खातुन (गण्डकी प्रदेश)	रजत
प्रेमा परियार (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सृजना नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	रजत
दीपशीखा पौडेल (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सन्ध्या नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	रजत
पवित्रा गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
कुमारी सञ्जु चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
लक्ष्मी बम (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
ममता भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
जमुना भण्डारी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
अनुपमा त्रिपाठी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
अनु गिरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
करुणा ठगुन्ना (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
निलम जोशी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
हीरा अधिकारी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
सरिता उरब झागड (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
आशिका एसके (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
नमिता एसके (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पूर्णीमा भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पूर्णीमा उरब (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
खुश्बु राणा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पूर्णीमा नेगी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
मञ्जु भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
डम्मरा थापा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
आइटिएफ तेक्वान्दो : पुरुष ४५–५० केजी	
खगेन्द्र घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
मिलन धामी (कर्णाली प्रदेश)	रजत
पूर्णबहादुर मगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
सन्तोष बुढामगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ५०–५५ केजी	
रिक्सङ वाइवा (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
प्रेमकुमार मगर (आर्मी क्लब)	रजत
अर्जुन नेपाली (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
सुनील महतो (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष ५५–६० केजी	
अनिल तामाङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण

प्रवीण बुढा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
प्रथम कार्की (प्रदेश १)	कांस्य
हेमराज डाँगी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६०–६५ केजी	
गोविन्द खत्री (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
प्रमोदकुमार साहु (आर्मी क्लब)	रजत
राहुल थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
नितेश खवास (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष ६५–७० केजी	
लिलाधर बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जनक बुढामगर (कर्णाली प्रदेश)	रजत
हीराधन राई (प्रदेश १)	कांस्य
सन्तोष खत्री (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७०–७५ केजी	
रोशन मगर (प्रदेश १)	स्वर्ण
गेडबहादुर बस्नेत (आर्मी क्लब)	रजत
जीवन घर्ती (पुलिस क्लब)	कांस्य
महेन्द्र बुढाथोकी (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७५–८० केजी	
भीमबहादुर तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सन्जेशकुमार तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
दिलन राई (प्रदेश १)	कांस्य
मिथुन घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ८०–८५ केजी	
वीरबहादुर तामाङ (प्रदेश १)	स्वर्ण
सोमबहादुर गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
राजेश बस्नेत (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुवाष चौधरी (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष +८५ केजी	
राजन रसाइली (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सुदीप आचार्य (आर्मी क्लब)	रजत
सन्दीप तामाङ (प्रदेश १)	कांस्य
समीर श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ब्ल्याक बेल्ट फर्स्ट डन	
भीमबहादुर तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रवीण बुढा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
पुरुष ब्ल्याक बेल्ट सेकेन्ड डन	
पूर्णबहादुर मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राजन रेग्मी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
पुरुष ब्ल्याक बेल्ट थर्ड डन	
सुमन मसारंगी मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
वीरेन्द्र बुढा (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
पुरुष ब्लु बेल्ट	
धनसिंह परियार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सफल परियार (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
पुरुष ग्रुप स्पाइरिङ	
लिलाधर बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रमोदकुमार साहु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विजय सुनार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
भीमबहादुर तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दीनेश बुढामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रिक्साङ वाइबा (बागमती प्रदेश)	रजत
सुमित तामाङ (बागमती प्रदेश)	रजत
समीर श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत
अनिल तामाङ (बागमती प्रदेश)	रजत
डेविड घले (बागमती प्रदेश)	रजत
पुरुष रेड बेल्ट	
भीम घले (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सन्देश सुनार (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
पुरुष टिम प्याटर्न	
ज्ञानप्रसाद खत्री (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
धर्मराज कँडेल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
भीमबहादुर तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रेमकुमार मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पूर्णबहादुर मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
भीम गाहा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
श्रीप्रसाद बुढामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
प्रवीण बुढा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
गोपाल चन्द (गण्डकी प्रदेश)	रजत
दिपकल बुढामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
महिला ४०–४५ केजी	
सुनिता भण्डारी (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सुस्मिता तामाङ (बागमती प्रदेश)	रजत
मनीषा घर्तीमगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
लीलाकुमारी सापकोटा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला ४५–५० केजी	
सुस्मिता थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
इन्दिरा थापा (प्रदेश १)	रजत
कमला विक (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
पूजा रसाइली (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५०–५५	
कुसुम राजवंशी (प्रदेश १)	स्वर्ण
हिसिला अदाई (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रीना धिमाल (आर्मी क्लब)	कांस्य
संजनाकुमारी घर्ती (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ५५–६० केजी	

निकिता धिमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सजिना तामाङ (प्रदेश १)	रजत
चुङ्ला शेर्पा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सविना श्रेष्ठ (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ६०–६५ केजी	
रोशनीकुमारी चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
अनिसा कार्की (बागमती प्रदेश)	रजत
सुस्मिता श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	कांस्य
निकिता तामाङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला +६५ केजी	
कन्याम लिम्बु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कोपिला स्याङ्ताङ (एपिएफ क्लब)	रजत
स्नेहा गुरुङ (पुलिस क्लब)	कांस्य
सञ्चिता पुन (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ब्ल्याक बेल्ट फर्स्ट डन	
सचिना सुनुवार (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
हिमा खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
महिला ब्ल्याक बेल्ट सेकेन्ड डन	
रीना धिमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुस्मिता थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
महिला ब्ल्याक बेल्ट थर्ड डन	
रुबिका खड्का (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
निश्मा बस्याल (आर्मी क्लब)	रजत
महिला ब्लु बेल्ट	
सुस्मिता श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मोनिका कुँवर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
महिला ग्रुप स्पाइरिङ	
रुबिका खड्का (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सुस्मिता तामाङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
प्रमिला गुरुङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
अनिसा कार्की (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सचिना सुनुवार (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
कन्याम लिम्बु (आर्मी क्लब)	रजत
कल्पना राई (आर्मी क्लब)	रजत
रीना धिमाल (आर्मी क्लब)	रजत
निकिता धिमाल (आर्मी क्लब)	रजत
हिमा खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
महिला रेड बेल्ट	
निकिता धिमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अप्सना तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
महिला टिम पाल्टर्न	
सोनी खड्का (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सुस्मिता तामाङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण

रुबिका खड्का (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सचिना सुनुवार (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
रञ्जु पुलामी मगर (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
रीना धिमाल (आर्मी क्लब)	**रजत**
निस्मा बस्याल (आर्मी क्लब)	रजत
कल्पना राई (आर्मी क्लब)	रजत
ममता गाहामगर (आर्मी क्लब)	रजत
हिमा खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
जुडो : पुरुष +१०० केजी	
राजन जोशी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
रंजेश गोली (आर्मी क्लब)	रजत
आदित्य दाहाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रेम गुरुङ (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष १०० केजी	
रमेश चन्द (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
हिमांशु गुप्ता (मधेश प्रदेश)	रजत
श्रीराम मकाजु (पुलिस क्लब)	कांस्य
सुमित श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष ६० केजी	
उमेश मगर (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सचिन वाइबा लामा (बागमती प्रदेश)	रजत
विकास विक (एनआरएनए)	कांस्य
दीपक रस्कोटी (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ६६ केजी	
इन्द्रबहादुर श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
कर्मा तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
किरण भट्टराई (आर्मी क्लब)	कांस्य
आश्विन पुलामी मगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष ७३ केजी	
अनिल बलामी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुदेश धोङ (पुलिस क्लब)	रजत
राजु शर्मा बाधी (मधेश प्रदेश)	कांस्य
संजित डंगोल (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष ८१ केजी	
जंगबहादुर सरु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मधु रोका मगर (पुलिस क्लब)	रजत
योगेन्द्र बिष्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
सञ्जय महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ९० केजी	
मनीष महतो (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सुजन गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
सुरेश गिरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
गुड्डुकुमार कानु (मधेश प्रदेश)	कांस्य

मिक्स टिम इभेन्ट	
अनिल बलामी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जंगबहादुर सरु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुजन गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रमेश चन्द (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रन्जेश गोली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
देवकीमाया श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
लीला अधिकारी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पुनम श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आकृति जोशी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुवोध मण्डल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सीमाकुमारी चिडी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निर्मला घर्तीमगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रमोद मण्डल (एपिएफ क्लब)	रजत
निर्दोष चलाउने (एपिएफ क्लब)	रजत
सुजन तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
लेलिन डंगोल (एपिएफ क्लब)	रजत
सुमित श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
रत्ना तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
विमला सुब्बा (एपिएफ क्लब)	रजत
सुनिता थिङ (एपिएफ क्लब)	रजत
झरना डगौरा(एपिएफ क्लब)	रजत
नशा श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सरिता मगर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अञ्जु पाण्डे (बागमती प्रदेश)	कांस्य
शक्ति थापा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रञ्जना खड्का (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अस्मिता गोले (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सोनम तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुनील नगरकोटी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सञ्जय महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
वशिष्ठ महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
आदित्य दाहाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रवीणकुमार दियाली (प्रदेश १)	कांस्य
उत्तम प्रधान श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
निश्चल राई (प्रदेश १)	कांस्य
प्रेम गुरुङ (प्रदेश १)	कांस्य
मङ्जु मेचे (प्रदेश १)	कांस्य
पेमा याङ्गी शेर्पा (प्रदेश १)	कांस्य
सुमानता राई (प्रदेश १)	कांस्य
दिव्या लिम्बु (प्रदेश १)	कांस्य
दीपीका अचाजु (प्रदेश १)	कांस्य
महिला +७८ केजी	
आकृति जोशी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पूजा राजवंशी (पुलिस क्लब)	रजत
भावना घर्तीमगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
अस्मिता गोले (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला ४८ केजी	
सुमित्रा राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रत्ना तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
हीरा आचार्य (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
सोनिया भट्ट (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ५२ केजी	
देविकामाया श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोशना दंगाल (आर्मी क्लब)	रजत
सुनिता मगर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सपना राई (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ५७ केजी	
मनिता श्रेष्ठ प्रधान (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सीमाकुमारी चिडी (आर्मी क्लब)	रजत
सुस्मिता लावत (आर्मी क्लब)	कांस्य
अञ्जु पाण्डे (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला ६३ केजी	
लीला अधिकारी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निर्मला कुँवर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
दिलकुमारी छन्त्याल (पुलिस क्लब)	कांस्य
शक्ति थापा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला ७० केजी	
पुनम श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रञ्जना खड्का (बागमती प्रदेश)	रजत
रजनी मगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
सुमानता राई (प्रदेश १)	कांस्य
महिला ७८ केजी	
दीपा गुरुङ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
निर्मला घर्तीमगर (आर्मी क्लब)	रजत
सुशीलाकुमारी चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
सम्झना चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
कबड्डी : पुरुष	
महेश बोहोरा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रञ्जित गजमेर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विनोद तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रदीप मिजार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राहुल चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रवीण खड्का (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कुमार लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राजेन्द्र तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण

रोहितप्रसाद भट्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गोविन्द खड्का (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अमितकुमार कुँवर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुरज बोहरा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गरिराज रोका मगर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
घनश्याम रोका मगर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
धर्मराज धावल (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
इसरार खान (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
कान्धाइलाल थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सतिस कुर्मी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
भानु घर्तीमगर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
विनयकुमार कोइरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
रामप्रसाद महतो (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सुशील चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
टीकाप्रसाद चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
राजन मल्लाह (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
गणेश पार्की (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
संगम चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
रामु टमटा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
जितेन्द्र अवस्थी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
हरिस जोशी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
नवीन लुहार (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
आकाश भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पारस कुँवर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
प्रकाश गिरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
खगेन्द्रराज जोशी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
नीरज चन्द (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
विजय धामी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
सन्नी कुर्मी (पुलिस क्लब)	कांस्य
बन्धु राना (पुलिस क्लब)	कांस्य
सुरेश कुँवर (पुलिस क्लब)	कांस्य
दुर्गेश्वर कोइरी (पुलिस क्लब)	कांस्य
उमाशंकर चौधरी (पुलिस क्लब)	कांस्य
ऋषिपल कुर्मी (पुलिस क्लब)	कांस्य
सन्तोष मल्ल (पुलिस क्लब)	कांस्य
अजयकुमार चौधरी (पुलिस क्लब)	कांस्य
राजकुमार कुर्मी (पुलिस क्लब)	कांस्य
सहिद अंसारी (पुलिस क्लब)	कांस्य
भुख्खल मोर्या (पुलिस क्लब)	कांस्य
सन्तोष भट (पुलिस क्लब)	कांस्य
कबड्डी : महिला	
कोषमाया बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
केली गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुशीला मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मेनुकाकुमारी राजवंशी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सावित्रा बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गंगा धामी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गंगा घिमिरे (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कोपिलाकुमारी कार्की (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निशा बोहरा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मीना नेपाली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अञ्जली शाही (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनुजा कुलुङ राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गीता अउली (पुलिस क्लब)	रजत
सृजनाकुमारी थारु (पुलिस क्लब)	रजत
कलावती ऐरी (पुलिस क्लब)	रजत
अर्पणा चौधरी (पुलिस क्लब)	रजत
जमुना गाहा (पुलिस क्लब)	रजत
मनमती बिष्ट (पुलिस क्लब)	रजत
नितु गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
कल्पना थापा (पुलिस क्लब)	रजत
रञ्जु थापा (पुलिस क्लब)	रजत
हरिना थापा (पुलिस क्लब)	रजत
आरती गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
राधिका खडायत (पुलिस क्लब)	रजत
तृष्णा तरामु मगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
विष्णु सोमारे (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
सुस्मिता थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
धनमाया राना (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
सृष्टि विश्वकर्मा (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
रोजिना राजवंशी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
विपना घर्तीमगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
विष्णु पाण्डे (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
प्रिया चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
हरिप्रिया थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
तृष्णा तरामु मगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पार्वतीकुमारी थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
कमला थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
रविना चौधरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सुनिता थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
जयन्ती बडु (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सविना मल्ल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सरिता भुजेल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सोनम चन्द (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सरिता पण्डित (एपिएफ क्लब)	कांस्य
कविता नेपाल (एपिएफ क्लब)	कांस्य

प्रविसा लामा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
समिता भुल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
कराते : पुरुष –५० केजी	
आनन्द कामी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
अनिल उपरकोटी (बागमती प्रदेश)	रजत
साजन मोक्तान (पुलिस क्लब)	कांस्य
बुद्ध लामा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष –५५ केजी	
विजय श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
राकेश लामा (आर्मी क्लब)	रजत
प्रदीप बैजाली मगर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
अनीष मण्डल (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष –६० केजी	
सन्तोष श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सक्षम लामा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
खड्क थामीमगर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
सुविन खत्री (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष –६७ केजी	
नवीन रसाइली (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
मीनबहादुर तामाङ (एपिएफ क्लब)	रजत
कृष्णकुमार महतो (मधेश प्रदेश)	कांस्य
मनोज श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष –७५ केजी	
गंगाराम कुसवार (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
प्रतीक घर्तीमगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रोशन बलामी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रुरिहाङ दुमी (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष –८४ केजी	
आशिष थापा (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सुरेश जपरेल (आर्मी क्लब)	रजत
स्वीकार राई (पुलिस क्लब)	कांस्य
मो. शेखु आलम (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष +८४ केजी	
विप्लवलाल श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
विपिनराज सिंह दर्जी (आर्मी क्लब)	रजत
दिगम्बरप्रसाद पन्त (एपिएफ क्लब)	कांस्य
नारायण गुरुङ (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष व्यक्तिगत काता	
सोनिम मानन्धर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रेहान जाबेद (बागमती प्रदेश)	रजत
आशेष मगर (प्रदेश १)	कांस्य
महसुस मोक्तान (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष टिम काता	
सोनिम मानन्धर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अनिल चौधरी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मनीष सोनकर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
महसुस मोक्तान (पुलिस क्लब)	रजत
फुर्तेन तामाङ (पुलिस क्लब)	रजत
जगतसिंह धानुक (पुलिस क्लब)	रजत
राजकुमार श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
मनीष कार्की (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अमृत थोकर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
आशेष मगर (प्रदेश १)	कांस्य
विवेक राई (प्रदेश १)	कांस्य
खगेन्द्र चाम्लिङ (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष टिम कुमुते	
मीनबहादुर तामाङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विजय श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुवाष घताने (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मो. शेखु आलम (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सन्तोष राई (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुशील पौडेल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
चन्द्रबहादुर सुनार (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
राजनकुमार पाइजा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुमन बानिया (गण्डकी प्रदेश)	रजत
प्रज्वल शेरचन (गण्डकी प्रदेश)	रजत
विशाल थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
अंकित गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
कीर्तन महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
सुरेश जपरेल (आर्मी क्लब)	कांस्य
विपिनराज सिंह दर्जी (आर्मी क्लब)	कांस्य
रमेश बुलेन (आर्मी क्लब)	कांस्य
राकेश लामा (आर्मी क्लब)	कांस्य
किरण पुनमगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
शिव खत्री (आर्मी क्लब)	कांस्य
रिकेश भण्डारी दर्जी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
निमा शेर्पा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
तेन्जिङ शेर्पा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अञ्जन पुरी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
आशिष थापा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
आकाश लोप्चन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
निशान मल्ल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला –४५ केजी	
सविना श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
गायत्री मगर (प्रदेश १)	रजत
वर्षा साउद (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
एलिसा रस्कोटी मगर (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
महिला –५० केजी	

जिया कार्की (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
वर्षा बुढामगर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
गरिमाकुमारी मल्ल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
एलिना विक (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला –५५ केजी	
सोनी राई (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
विद्याकला राई (प्रदेश १)	रजत
अनु गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
मनीषा चौधरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला –६१ केजी	
अनु अधिकारी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अर्मिला डिसी (पुलिस क्लब)	रजत
एस्टर राई (एपिएफ क्लब)	कांस्य
रविना घर्तीमगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला –६८ केजी	
डायना ओझा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सनी तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
विनिता श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
सुनिता महर्जन (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला +६८ केजी	
एरिका गुरुङ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
बिवुषा थापा (आर्मी क्लब)	रजत
दिया थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
डोना राई (प्रदेश १)	कांस्य
महिला एक काता	
चञ्चला दनुवार (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
संगीता मगर (आर्मी क्लब)	रजत
एलिसा रस्कोटी मगर (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
वर्षा साउद (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला टिम काता	
संगीता मगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रीना श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सानुमाया थिङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विद्याकला राई (प्रदेश १)	रजत
समिता राई (प्रदेश १)	रजत
रोस्मा राई (प्रदेश १)	रजत
चञ्चला दनुवार (पुलिस क्लब)	कांस्य
सरु कार्की (पुलिस क्लब)	कांस्य
तप्पी थापा (पुलिस क्लब)	कांस्य
सञ्जु देसार (बागमती प्रदेश)	कांस्य
नानु शाक्य (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सृजना महतारा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला टिम कुमुते	
मिमोसा खड्का (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
रोजिता ढुंगेल (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
कोपिला लिम्बु (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
रमिता माझी (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सबिना श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	रजत
सोनी राई (पुलिस क्लब)	रजत
सुनिता महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
एरिका गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
मनीषा चौधरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
एस्टर राई (एपिएफ क्लब)	कांस्य
अनुपमा मगर (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुष्पा मडै (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
लक्ष्मी खडायत (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
अञ्जलीकुमारी चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
खो खो पुरुष टिम	
गौरव रोकाया (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
रोहितकुमार बर्मा (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
विष्णु थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
विकरालसिंह रतगैया (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
विष्णु विक. (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
विशाल थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
ईश्वर थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
विकास विक. (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
नीरज विक. (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
भरत सारु (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
वेदबहादुर ओली (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
अमर केसी (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
रविन्द्र गैसी (आर्मी क्लब)	रजत
टेकबहादुर खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
जनक चन्द (आर्मी क्लब)	रजत
हेमराज पनेरु (आर्मी क्लब)	रजत
यमन पुरी (आर्मी क्लब)	रजत
समीर चन्द (आर्मी क्लब)	रजत
सुरज पुजरा (आर्मी क्लब)	रजत
मुकेश पौदार (आर्मी क्लब)	रजत
कपिलदेव भट्ट (आर्मी क्लब)	रजत
प्रमोद राय दनवार (आर्मी क्लब)	रजत
गणेश विक (आर्मी क्लब)	रजत
झलक विक (आर्मी क्लब)	रजत
पवन महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रूपक श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
राजन बल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
विशाल बस्नेत (बागमती प्रदेश)	कांस्य
मनोज तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
एकराम तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य

जगतबहादुर घिसिङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
करण राना (बागमती प्रदेश)	कांस्य
केशवकुमार पिथाकोटी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
राज कुश्मा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
साजन मोक्तान (बागमती प्रदेश)	कांस्य
कृतिष सिन्तकल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
खो खो महिला टिम	
बिनु तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पायल तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कञ्चन चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निशा शाही (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
बविता विक. (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
जयन्ती कुँवर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निर्मला गिरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मनमती धामी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अञ्जली थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पूजा ओड (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सरस्वती कठायत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अस्मिता राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सम्झनाकुमारी चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
पुनम थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
रेसु थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
दीपाकुमारी विक (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
दीपा विक (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सम्झना विक (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
आशा थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
आरुसी थारु (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
रोशनी क्षेत्री (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
अनिता विक (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सुमित्रा चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
निर्मला पराजुली (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
खुश्बु राना (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
विमला महता (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
वर्षा पण्डित (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
रोशनी ओड (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
प्रेरणा बिष्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
विमला नेगी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
मीना ओड (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
मञ्जिता राना (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
अञ्जली राना (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
रोशनी राना (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
दिव्या ऐडी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पूर्णिमा चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
लनटेनिस : पुरुष डबल	
प्रदीप खड्का (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
अनिल साई (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
प्रणव खनाल (आर्मी क्लब)	रजत
अकी जुबिन रावत (आर्मी क्लब)	रजत
निशान श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रीतम परियार (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सौगात विक. (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
आशिष खड्का (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष सिंगल	
प्रदीप खड्का (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
आरभ सम्राट हाडा (एनआरएनए)	रजत
प्रणव खनाल (आर्मी क्लब)	कांस्य
सन्तोष खत्री (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष टिम इभेन्ट	
प्रदीप खड्का (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
अनिल साई (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
आशिष खड्का (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सौगात विक (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
विवेक मगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
प्रणव खनाल (आर्मी क्लब)	रजत
अकी जुवेन रावत (आर्मी क्लब)	रजत
निहाल जंगबहादुर थापा (आर्मी क्लब)	रजत
गोविन्द नेपाली (आर्मी क्लब)	रजत
प्रणव मानन्धर (पुलिस क्लब)	कांस्य
प्रसिद्ध मोक्तान (पुलिस क्लब)	कांस्य
आर्यन गिरी (पुलिस क्लब)	कांस्य
सन्तोष खत्री (एपिएफ क्लब)	कांस्य
आयुष्मान हजुर घले (एपिएफ क्लब)	कांस्य
निश्चल कायस्थ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
देवआशिष रेउले (एपिएफ क्लब)	कांस्य
श्रीयोग अधिकारी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
मिक्स डबल	
प्रणव खनाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अभिलाषा बिष्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आइसा डोल्कर गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
आर्यन गिरी (पुलिस क्लब)	रजत
ईशाश्री शाह (आर्मी क्लब)	कांस्य
गोविन्द नेपाली (आर्मी क्लब)	कांस्य
अनिल साई (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रीति बराल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला डबल	
अभिलाषा बिष्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
ईरा मेहरा निशा रावत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रकृति श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत

रायना शाह (बागमती प्रदेश)	रजत
सुनिरा थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
श्रवणी श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
शुभाङ्गी लक्ष्मी शाह (आर्मी क्लब)	कांस्य
ईशाश्री शाह (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला सिंगल	
अभिलाषा बिष्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
ईरा मेहरा निशा रावत (आर्मी क्लब)	रजत
प्रकृति श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रायना शाह (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला टिम इभेन्ट	
शुभाङ्गी लक्ष्मी शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अभिलाषा बिष्ट (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
ईरा मेहरा निशा रावत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
ईशाश्री शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुनिरा थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
दिभन कार्की (एपिएफ क्लब)	रजत
श्रवणी श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
आध्या पौड्याल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रकृति श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रायना शाह (बागमती प्रदेश)	कांस्य
आइसा डोल्कर गुरुङ (पुलिस क्लब)	कांस्य
प्रशंसा मोक्तान (पुलिस क्लब)	कांस्य
प्याराग्लाइडिङ : पुरुष एक्युरेसी	
सुमनजंग थापा (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
अञ्जन कुँवर (एपिएफ क्लब)	रजत
विष्णु तिमल्सिना (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष एक्युरेसी टिम	
सुमनजंग थापा (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
ऋषि पोडे (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सागर नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
नुरेन राना (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
अमन थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
विष्णु कार्की (एपिएफ क्लब)	रजत
रविन्द्र ढकाल (एपिएफ क्लब)	रजत
अञ्जन कुँवर (एपिएफ क्लब)	रजत
दिलकुमार सुनुवार (प्रदेश १)	कांस्य
विश्वास गुरुङ (प्रदेश १)	कांस्य
युवराज सुनुवार (प्रदेश १)	कांस्य
रोशन बस्नेत (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष क्रस कन्ट्री टिम	
विजय गौतम (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
युकेश गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
शेरबहादुर गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
सुशील गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
विजय दाहाल (आर्मी क्लब)	रजत
निसिम थापा (आर्मी क्लब)	रजत
सुरज थापा (आर्मी क्लब)	रजत
विशाल जलारी (आर्मी क्लब)	रजत
कृष्णबहादुर सुनुवार (बागमती प्रदेश)	कांस्य
मोहनकुमार सुनुवार (बागमती प्रदेश)	कांस्य
भुवन आचार्य (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष एक्स सी (क्रस कन्ट्री)	
सुरज थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विजय गौतम (गण्डकी प्रदेश)	रजत
कृष्णबहादुर सुनुवार (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्याराग्लाइडिङ : महिला एक्युरेसी	
मुनामाया जी. टी. (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दुर्गामाया गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
स्वस्तिका गुरुङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला एक्युरेसी टिम	
स्वस्तिका गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दुर्गामाया गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मुनामाया जी. टी. (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कृषु पौडेल (गण्डकी प्रदेश)	रजत
तृषा श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रीता श्रेष्ठ थापा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
ईश्का राई (प्रदेश १)	कांस्य
अनुष्का सुनुवार (प्रदेश १)	कांस्य
देवकीमाया सुनुवार (प्रदेश १)	कांस्य
रग्बी : महिला सेभन ए साइड	
विषाका राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
लीला शर्मा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अस्मिता राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अस्मिता बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुशीला थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुस्मिता क्षेत्री (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुष्मा थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अप्सरा कार्की (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पुनम भुजेल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सोनिका तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
लक्ष्मी जीसी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सञ्जिता भोम्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
शोभाकुमारी कुश्वार (एपिएफ क्लब)	रजत
तेजकुमारी गुरुङ (एपिएफ क्लब)	रजत
कलावतीकुमारी कुँवर (एपिएफ क्लब)	रजत
अनु शेर्पा (एपिएफ क्लब)	रजत
स्वस्तिका राना (एपिएफ क्लब)	रजत

शशी चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
ज्योतिकुमारी चौधरी (एपिएफ क्लब)	रजत
आशा कुश्वार (एपिएफ क्लब)	रजत
रञ्जना खड्का (एपिएफ क्लब)	रजत
रश्मिता दुरा (एपिएफ क्लब)	रजत
तारा थिङ (एपिएफ क्लब)	रजत
संगीता घिसिङ (एपिएफ क्लब)	रजत
अपना पौडेल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
मीनाक्षी अधिकारी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
गीता सिंह (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
प्रीति सुनार (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
आरजु श्रीपाली सुनार (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
सृष्टि चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
कृष्णा जोशी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
रेश्मा विक. (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
बासमतीकुमारी कुमाल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
आरती चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
निशा रोकाया (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पूजा बोगटी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
रग्बी : पुरुष सेभन 'ए' साइड	
निरोज कार्की (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
बिवेष बसु (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सबिन महत (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
नवीन महर्जन (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
लक्ष्मण राना (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
खड्कसिंह बिष्ट (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
हेमराज बिसी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मिलन थापा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
शेखरसिंह धामी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विक्रम बोटे (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
नरेन्द्रप्रसाद जोशी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुरज राना (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विकल गौतम (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
विजय थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
अशिमजंग थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
मिजस क्षेत्री (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
विजयकुमार खड्का (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
अनोप थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
महेश सुनार (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सतिष थापा (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सचिन खड्का (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सतिषसिंह ठकुरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सेवक कवर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
पालसिंह बुढामगर (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत

पूजन फुबाली (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
गणेश बानीया (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अनिष तामाङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रदीप राना (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सुशील भण्डारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
वनिष राना (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
शान्तसोमाई मगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
प्रमोदबहादुर थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
दर्शन बानिया (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
संगम लामिछाने (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सोनम तामाङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
ओमकृष्ण बाहिङ राई (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
सेपाक ताक्रो : पुरुष डबल	
अनिल जर्गामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोशन तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दीपेशजंग थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विपुल आङ्बुहाङ (प्रदेश १)	रजत
अस्मिन लिम्बु (प्रदेश १)	रजत
सुशील विक. (प्रदेश १)	रजत
संगिन थापामगर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
संकेत प्रजा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
राजन नेपाली (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष क्वाडरेन्ट	
संगिन थापामगर (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
रविन भट्टराई (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
क्षितिजकुमार धामी (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
जिमी कपाली (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
सुजन थिङ (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
राजन नेपाली (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
विपेन थनेत (गण्डकी प्रदेश)	रजत
नरबहादुर मगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
पदमबहादुर ठाडामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
निरन गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
विजय महतो (गण्डकी प्रदेश)	रजत
अर्जुन राना (गण्डकी प्रदेश)	रजत
संजित धिमाल (आर्मी क्लब)	कांस्य
सूर्यकुमार चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
उमेशबहादुर महतो (आर्मी क्लब)	कांस्य
रोशन तामाङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
दीपेशजंग थापा (आर्मी क्लब)	कांस्य
मिलन थारु (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष रेगु	
संजित धिमाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सूर्यकुमार चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण

उमेशबहादुर महतो (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनिल जर्गामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोशन तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विपेन थनेत (गण्डकी प्रदेश)	रजत
पदमबहादुर ठाडामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
विजय महतो (गण्डकी प्रदेश)	रजत
अर्जुन राना (गण्डकी प्रदेश)	रजत
युवराज गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
रोशन गुरुङ (प्रदेश १)	कांस्य
सन्देश राई (प्रदेश १)	कांस्य
राजिव कलाखेती (प्रदेश १)	कांस्य
सुजन मगर (प्रदेश १)	कांस्य
सुशील विक. (प्रदेश १)	कांस्य
सेपाक तात्रो : महिला डबल	
चन्द्रा चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सोममाया थापा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुमित्रा डंगोल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उषा महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
लाक्पा जाङ्मु शेर्पा (बागमती प्रदेश)	रजत
कमला दर्जी (बागमती प्रदेश)	रजत
प्रतीक्षा थनेत (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
नीरु थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
लिजा गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
महिला क्वाडरेन्ट	
ईनु चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रतीक्षा विक. (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सोममाया थापामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
चन्द्रा चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुमित्रा डंगोल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नैना रानामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उषा महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
रुथ श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत
कमला दर्जी (बागमती प्रदेश)	रजत
सञ्जु तामाङ (बागमती प्रदेश)	रजत
लाक्पा जाङ्मु शेर्पा (बागमती प्रदेश)	रजत
संगीता श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत
प्रतीक्षा थनेत (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुर्वी पौडेल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
नीरु थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
गायत्री शर्मा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
एलिसा माझी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
लिजा गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला रेगु	
चन्द्रा चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण

ईनु चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सोममाया थापामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
स्वस्तिका श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुमित्रा डंगोल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रतीक्षा थनेत (गण्डकी प्रदेश)	रजत
एलिजा थापा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
निरु थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
गायत्री शर्मा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
लिजा गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सुटिङ : १० मिटर एयर पेस्तोल मिक्स टिम	
कृष्ण थापा/बदरुद्धिन अंसारी (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
श्रीया केसी (गण्डकी प्रदेश)	रजत
विपेश खड्का (बागमती प्रदेश)	कांस्य
१० मिटर एयर राइफल मिक्स टिम	
सुजन रानामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कल्पना परियार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुस्मिता नेपाली (बागमती प्रदेश)	रजत
हरिबहादुर थापा (बागमती प्रदेश)	रजत
धनबहादुर बी. क. (पुलिस क्लब)	कांस्य
फूलमाया क्यापछाकी (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष १० मिटर एयर पेस्तोल	
शुकदेव चौधरी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
बदरुद्धिन अन्सारी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
विजय कार्की (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष १० मिटर एयर पेस्तोल टिम	
विष्णुकुमार दिस्वामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आदित्य खड्का (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
खेमराज ओली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विपेश खड्का (बागमती प्रदेश)	रजत
रुबेर केसी (बागमती प्रदेश)	रजत
सुधन खड्का (बागमती प्रदेश)	रजत
सुकदेव चौधरी (पुलिस क्लब)	कांस्य
अनिल ठकुरी (पुलिस क्लब)	कांस्य
मनबहादुर घले (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष १० मिटर एयर राइफल	
सुजन रानामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कृष्णबहादुर घोरसैनी (बागमती प्रदेश)	रजत
धनबहादुर विक. (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष १० मिटर एयर राइफल टिम	
सुजन रानामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
टंकप्रसाद जैसी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नारायणसिंह दोङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दीपक थापा (बागमती प्रदेश)	रजत

कृष्णबहादुर घोरसैनी (बागमती प्रदेश)	रजत
हरिबहादुर थापा (बागमती प्रदेश)	रजत
सुनील चन्द (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
जीवन बोहोरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
शंकर दाहाल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला १० मिटर एयर पेस्तोल	
ज्योतिका दाहाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
श्रेया केसी (गण्डकी प्रदेश)	रजत
राधिका घर्ती (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला १० मिटर एयर पेस्तोल टिम	
सरिता बस्नेत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
ज्योतिका दाहाल (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राधिका घर्ती (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
श्रेया केसी (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सविता बस्नेत (बागमती प्रदेश)	कांस्य
ज्योति थापा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रुविना श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला १० मिटर एयर राइफल	
राधा गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कल्पना परियार (आर्मी क्लब)	रजत
सुस्मिता नेपाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला १० मिटर एयर राइफल टिम	
कल्पना परियार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
स्लिषा भण्डारी रायमाझी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राधा गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
फूलमाया क्यापछाकी (पुलिस क्लब)	रजत
रत्नीकुमारी चौधरी (पुलिस क्लब)	रजत
अस्मिता राई (पुलिस क्लब)	रजत
सुस्मिता नेपाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अनिषा जोशी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
आयुष्मा केसी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सफ्ट टेनिस : पुरुष डबल	
कमलबहादुर भण्डारी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
अणुबहादुर लुङ्गेली (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
युकेश योञ्जन (प्रदेश १)	रजत
आशिष बोहोरा (प्रदेश १)	रजत
प्रदीप खत्री (बागमती प्रदेश)	कांस्य
बृजेश पाण्डे (बागमती प्रदेश)	कांस्य
शक्ति शर्मा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
धारणसिंह लामिछाने (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष सिंगल	
युकेश योञ्जन (प्रदेश १)	स्वर्ण
प्रदीप खत्री (बागमती प्रदेश)	रजत
सुरज चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
निर्मलकाजी स्थापित (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष टिम	
युकेश योञ्जन (प्रदेश १)	स्वर्ण
आभाष बुढाथोकी (प्रदेश १)	स्वर्ण
जयन्द्रविक्रम राणा (प्रदेश १)	स्वर्ण
अश्लेष ढकाल (प्रदेश १)	स्वर्ण
आशिष बोहरा (प्रदेश १)	स्वर्ण
सुवोध अधिकारी (पुलिस क्लब)	रजत
कमलबहादुर भण्डारी (पुलिस क्लब)	रजत
नउबहादुर लुङ्गेली (पुलिस क्लब)	रजत
हरिबहादुर बस्नेत (पुलिस क्लब)	रजत
भीमबहादुर थापामगर (पुलिस क्लब)	रजत
सुरज चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
शिखर थापामगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
हरिबहादुर बस्नेत (बागमती प्रदेश)	कांस्य
कमलबहादुर भण्डारी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
नउबहादुर लुङ्गेली (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुवोध अधिकारी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
भीमबहादुर थापामगर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
मिक्स डबल	
युकेश योञ्जन (प्रदेश १)	स्वर्ण
श्रेया योञ्जन (प्रदेश १)	स्वर्ण
जर्जिया चौधरी (बागमती प्रदेश)	रजत
प्रदीप खत्री (बागमती प्रदेश)	रजत
कमलबहादुर भण्डारी (पुलिस क्लब)	कांस्य
विष्णा भण्डारी (पुलिस क्लब)	कांस्य
भगवती विक. (एपिएफ क्लब)	कांस्य
हर्कसिंह धामी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
सफ्ट टेनिस : महिला डबल	
भगवती विक. (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
समृद्धि महर्जन (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रीतिका चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
विमला पन्थी (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
विष्णा भण्डारी (पुलिस क्लब)	कांस्य
सिसम चन्द (पुलिस क्लब)	कांस्य
श्रेया राई (प्रदेश १)	कांस्य
श्रेया योञ्जन (प्रदेश १)	कांस्य
महिला सिंगल	
समृद्धि महर्जन (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
चन्द्रमाया राई (बागमती प्रदेश)	रजत
श्रेया योञ्जन (प्रदेश १)	कांस्य
स्वस्तिका बष्टि (बागमती प्रदेश)	कांस्य

स्क्वास : पुरुष सिंगल	
अमृत थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
अरहान्तकेशर सिंह (बागमती प्रदेश)	रजत
दीपक थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अमिर ब्लोन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष टिम	
अमृत थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
दीपक थापा (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
नवराज थापा (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
हिराकाजी श्रेष्ठ (गण्डकी प्रदेश)	स्वर्ण
अरहान्तकेशर सिंह (बागमती प्रदेश)	रजत
अमिर ब्लोन (बागमती प्रदेश)	रजत
उमित शाक्य (बागमती प्रदेश)	रजत
राजेन्द्र शाक्य (बागमती प्रदेश)	रजत
ज्ञानु चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
अर्जुन गाहा (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
सुदीपबहादुर सिंह (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
दिव्य बज्राचार्य (एपिएफ क्लब)	कांस्य
दिलीपनर्सिङ अधिकारी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पासाङ ब्लोन (एपिएफ क्लब)	कांस्य
ऋद्धिराज शाक्य (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला सिंगल	
बिपना ब्लोन (बागमती प्रदेश)	स्वर्ण
स्वस्थानी श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत
भावना सुनुवार (बागमती प्रदेश)	कांस्य
कृष्णा थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पौडी : फ्रिस्टाइल ४×१०० मिटर मिक्स रिले	
एलेक्स शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गौरिका सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सकरसनाबहादुर राजवंशी (पुलिस क्लब)	रजत
गौरव लामा (पुलिस क्लब)	रजत
मेगन गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
आर्या महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
सेरेन सिंह (बागमती प्रदेश)	कांस्य
टिसा महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रोसा न्यौपाने (बागमती प्रदेश)	कांस्य
एर्भिन श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ब्याक स्ट्रोक १ सय मिटर	
तेन्जिङनाम्डोल रायन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
प्रारम्भ भण्डारी (प्रदेश १)	रजत
जाडेन श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य

पुरुष ब्याक स्ट्रोक २ सय मिटर	
तेन्जिङनाम्डोल रायन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
प्रारम्भ भण्डारी (प्रदेश १)	रजत
सौरेनबहादुर सिंह (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष ब्याक स्ट्रोक ५० मिटर	
एलेक्स शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
तेन्जिङनाम्डोल रायन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	रजत
अनुभव सुब्बा (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ब्रेस्ट स्ट्रोक १ सय मिटर	
विकास कुमाल (प्रदेश १)	स्वर्ण
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	रजत
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	कांस्य
पुरुष ब्रेस्ट स्ट्रोक २ सय मिटर	
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
विकास कुमाल (प्रदेश १)	रजत
सेरेन सिंह (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ब्रेस्ट स्ट्रोक ५० मिटर	
विकास कुमाल (प्रदेश १)	स्वर्ण
सेरेन सिंह (बागमती प्रदेश)	रजत
दीपान्कर अवाले (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष बटरफ्लाई १ सय मिटर	
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	रजत
अनुभव सुब्बा (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष बटरफ्लाई २ सय मिटर	
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
अनुभव सुब्बा (आर्मी क्लब)	रजत
सौरेनबहादुर सिंह (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष बटरफ्लाई ५० मिटर	
तेन्जिङनाम्डोल रायन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अजलकाजी ताम्राकार (एपिएफ क्लब)	रजत
अनुभव सुब्बा (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष फ्रिस्टाइल १ सय मिटर	
एलेक्स शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	रजत
सकरसनाबहादुर राजहुवंशी (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष फ्रिस्टाइल १५ सय मिटर	
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	रजत
सनीलकुमार थापामगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष फ्रिस्टाइल २ सय मिटर	
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
एलेक्स शाह (आर्मी क्लब)	रजत

एर्भिन श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष फ्रिस्टाइल ४×२०० मिटर रिले	
सुविज्ञमान तुलाधर (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सनिलकुमार थामामगर (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सकरसनबहादुर राजहुवंशी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
युभानलाल श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सारेन सिंह (बागमती प्रदेश)	रजत
अल्भिन महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
विवेक महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
एर्भिन श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	रजत
एलेक्स शाह (आर्मी क्लब)	कांस्य
अनुभव सुब्बा (आर्मी क्लब)	कांस्य
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	कांस्य
दिवाकर चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष फ्रिस्टाइल ४ सय मिटर	
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	रजत
एर्भिन श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष फ्रिस्टाइल ४×१०० मिटर रिले	
अनुभव सुब्बा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
एलेक्स शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दिलीप थापामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गौरव लामा (पुलिस क्लब)	रजत
दिपांकर अवाले (पुलिस क्लब)	रजत
सकरसनाबहादुर राजहुवंशी (पुलिस क्लब)	रजत
सुविज्ञमान तुलाधर (पुलिस क्लब)	रजत
अजलकाजी ताम्राकार (एपिएफ क्लब)	कांस्य
उर्गेन महर्जन (एपिएफ क्लब)	कांस्य
जाडेन श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
तेन्जिङनाम्डोल रायन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष फ्रिस्टाइल ५० मिटर	
एलेक्स शाह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सकरसनाबहादुर राजहुवंशी (पुलिस क्लब)	रजत
तेन्जिङनाम्डोल रायन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष एकल मिड्ले २ सय मिटर	
नासिर याहा हुसैन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	रजत
सारेन सिंह (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष एकल मिड्ले ४ सय मिटर	
आशिष सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
प्रारम्भ भण्डारी (प्रदेश १)	रजत
सौरेनबहादुर सिंह (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला ब्याक स्ट्रोक १ सय मिटर	
गौरिका सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	रजत
अनुसिया तण्डुकार (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ब्याक स्ट्रोक २ सय मिटर	
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
आरजु थापामगर (बागमती प्रदेश)	रजत
उपासना राई (प्रदेश १)	कांस्य
महिला ब्याक स्ट्रोक ५० मिटर	
गौरिका सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	रजत
रोशा न्यौपाने (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला ब्रेस्ट स्ट्रोक १ सय मिटर	
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उपस्ती महर्जन (आर्मी क्लब)	रजत
अदिप्सा वैद्य (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ब्रेस्ट स्ट्रोक २ सय मिटर	
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उपस्ती महर्जन (आर्मी क्लब)	रजत
अदिप्सा वैद्य (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ब्रेस्ट स्ट्रोक ५० मिटर	
डुवाना लामा उपस्ती महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोयल प्रजापती (एपिएफ क्लब)	रजत
उपस्ती महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला बटरफ्लाई १ सय मिटर	
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
मेगन गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
रोशा न्यौपाने (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला बटरफ्लाई ५० मिटर	
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	रजत
मेगन गुरुङ (पुलिस क्लब)	कांस्य
उमन फ्रिस्टाइल १ सय मिटर	
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
अनुसिया तुलाधर (आर्मी क्लब)	रजत
मेगन गुरुङ (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला फ्रिस्टाइल २ सय मिटर	
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आर्या महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
समिरा शोभा थापामगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला फ्रिस्टाइल ४×४०० मिटर रिले	
अनुसिया तण्डुकार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उपस्ति महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गौरिका सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण

जरिया महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
टिसा महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
श्रेणु महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
रोशा न्यौपाने (बागमती प्रदेश)	रजत
अदिप्सा वैद्य (पुलिस क्लब)	कांस्य
आर्या महर्जन (पुलिस क्लब)	कांस्य
समिरा शोभा थापामगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
मेगन गुरुङ (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला फ्रिस्टाइल ४×२०० मिटर रिले	
अनुसिया तण्डुकार (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
उपस्ति महर्जन (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गौरिका सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सरसी खड्का (पुलिस क्लब)	रजत
समिरा शोभा थापामगर (पुलिस क्लब)	रजत
आर्या महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
मेगन गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
रोशा न्यौपाने (बागमती प्रदेश)	कांस्य
श्रेणु महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
जरिया महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
टिसा महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला फ्रिस्टाइल ४ सय मिटर	
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मेगन गुरुङ (पुलिस क्लब)	रजत
टिसा महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला फ्रिस्टाइल ५० मिटर	
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
गौरिका सिंह (आर्मी क्लब)	रजत
अनुसिया तण्डुकार (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला फ्रिस्टाइल ८ सय मिटर	
एस्ली सापकोटा (एनआरएनए)	स्वर्ण
आर्या महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
समिरा शोभा थापामगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला एकल मिड्ले २ सय मिटर	
डुवाना लामा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रोयल प्रजापती (एपिएफ क्लब)	रजत
रोशा न्यौपाने (बागमती प्रदेश)	कांस्य
टेबल टेनिस : पुरुष डबल	
विनेश खानिया (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
स्यान्दु श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
अमरलाल मल्ल (एपिएफ क्लब)	रजत
शिवसुन्दर गोथे (एपिएफ क्लब)	रजत
विश्व बनियाँ (प्रदेश १)	कांस्य
बोधित डीसी (प्रदेश १)	कांस्य

कृष्ण थापामगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
नारायण घिमिरे (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष सिंगल	
स्यान्दु श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
रुविन महर्जन (एपिएफ क्लब)	रजत
संयोग कपाली (पुलिस क्लब)	कांस्य
प्रदीप रोका (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष टिम इभेन्ट	
संयोग कपाली (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
विपुल महर्जन (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
विनेश खानिया (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
संयोग कपाली (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
प्रदीप रोका (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
चन्दन शाही (बागमती प्रदेश)	रजत
सुनिल महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
एलेक्स महर्जन (बागमती प्रदेश)	रजत
रितिज जोशी (बागमती प्रदेश)	रजत
कुशल न्याच्युन (बागमती प्रदेश)	रजत
दीप साउन (एनआरएनए)	कांस्य
गणेश तामाङ (एनआरएनए)	कांस्य
महेश श्रेष्ठ (एनआरएनए)	कांस्य
प्रतिक थापा (एनआरएनए)	कांस्य
विश्व बानिया (प्रदेश १)	कांस्य
अनमोल विश्वकर्मा (प्रदेश १)	कांस्य
रोशन श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
बोधित डिसी (प्रदेश १)	कांस्य
सिद्धार्थ तामाङ (प्रदेश १)	कांस्य
मिक्स डबल्स	
विनेश खानिया (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
एलिना महर्जन (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
नारायण घिमिरे (आर्मी क्लब)	रजत
स्वेच्छा नेम्वाङ (आर्मी क्लब)	रजत
सुनिता लामा (एनआरएनए)	कांस्य
दीप साउन (एनआरएनए)	कांस्य
बुद्धिमान गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
मुना थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला डबल	
सिक्का सुवाल श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
वियंका राई (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
नविता श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	रजत
एलिना महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
अञ्जु सुवाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
दिया देउला (बागमती प्रदेश)	कांस्य
मञ्जु सुवाल (पुलिस क्लब)	कांस्य

यशस्वी अवाल (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला सिंगल	
नविता श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
एलिना महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
सिक्का सुवाल श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
रविना महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला टिम इभेन्ट	
शुभश्री श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
मञ्जु सुवाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
यशस्वी अवाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
एलिना महर्जन (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
नविता श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
अनिता महर्जन (एपिएफ क्लब)	रजत
सिक्का सुवाल श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
ईभाना थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
वियंका राई (एपिएफ क्लब)	रजत
आस्मा पहारी (एपिएफ क्लब)	रजत
क्यारिना सुवाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
दिया देउला (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अनु सुवाल (बागमती प्रदेश)	कांस्य
अनामिका कस्ती (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रोनिशा महर्जन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
रविना महर्जन (आर्मी क्लब)	कांस्य
सुस्मिता खड्का (आर्मी क्लब)	कांस्य
सुरम्या शाक्य (आर्मी क्लब)	कांस्य
स्वेच्छा नेम्बाङ (आर्मी क्लब)	कांस्य
तेक्वान्दो : पुरुष –५४ केजी	
सुमित बिष्ट (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
अवताब आलम (मधेश प्रदेश)	रजत
शिव खड्का (प्रदेश १)	कांस्य
अम्बिकाप्रसाद घिमिरे (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष –५८ केजी	
मो. सोएब अख्तर (मधेश प्रदेश)	स्वर्ण
सुवाषचन्द्र बोहरा (पुलिस क्लब)	रजत
लोकबहादुर राउत (आर्मी क्लब)	कांस्य
रेहन केसी (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष –६३ केजी	
गोविन्दबहादुर आले (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
राहुल कुमाल (आर्मी क्लब)	रजत
विक्रांत डंगोल (मधेश प्रदेश)	कांस्य
रञ्जित साउद (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष –६८ केजी	
सगुन श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सागर तामाङ (बागमती प्रदेश)	रजत
नवीन चौधरी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
मोहम्मद राइक (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष –७४ केजी	
वीरबहादुर महरा (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
उमेश राज भण्डारी (एपिएफ क्लब)	रजत
धनबहादुर तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
शंकर पौडेल (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष –८० केजी	
अभिषेक बराल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
जेकी यादव (आर्मी क्लब)	रजत
जनक जोशी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पवनकुमार श्रेष्ठ (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष –८७ केजी	
कवि अधिकारी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
अमितकुमार सिंह (मधेश प्रदेश)	रजत
नीरज देउवा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
जोहन रावत (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
पुरुष +८७ केजी	
भीमबहादुर खड्का (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
आशुतोष बराल (पुलिस क्लब)	रजत
नीरजबहादुर नेपाली (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विकास तामाङ (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष एकल पुम्से	
कमल श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
युवराज राना (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
आयुष गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विवेक राई (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष टिम पुम्से	
कमल श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
प्रेमबहादुर लिम्बु (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
जितबहादुर बोट (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
दीपेन्द्र गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
रेजिन रिमाल (आर्मी क्लब)	रजत
रामकुमार पोखरेल (आर्मी क्लब)	रजत
टार्जन कायत मगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
युकेश थापामगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
तिलक सिउथानी मगर (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
श्रृजन श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
नोर्बु मोक्तान (एपिएफ क्लब)	कांस्य
योवन दाहाल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पेयर पुम्से	
निशा दर्नाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण

अस्मिन राउत (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
दीपेन्द्र गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
प्रसंशा क्षेत्री (आर्मी क्लब)	रजत
आयुष गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
अपर्णा अधिकारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
विवेक राई (प्रदेश १)	कांस्य
सुविक्षा राई (प्रदेश १)	कांस्य
महिला –४६ केजी	
काजल श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
झरना नाथ (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
वर्षा थापा (एपिएफ क्लब)	कांस्य
रोशनी श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला –४९ केजी	
गीता बिष्ट (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
अञ्जली तामाङ (पुलिस क्लब)	रजत
मनीषा वाइबा (मधेश प्रदेश)	कांस्य
रीतिका शाही (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला –५३ केजी	
गीता कठायत (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अस्मिता खड्का (एपिएफ क्लब)	रजत
आयषा लामा (पुलिस क्लब)	कांस्य
निलिमा मल्ल (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला –५७ केजी	
सन्ध्याकुमारी सिंह (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
श्रृजना बिष्ट (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
सोविता थापा (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
समीक्षा लिम्बु (प्रदेश १)	कांस्य
महिला –६२ केजी	
सुस्मिता मोक्तान (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
रेश्मा थापा (आर्मी क्लब)	रजत
बिभिका बस्नेत (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
प्रज्ञा परियार (प्रदेश १)	कांस्य
महिला –६७ केजी	
इन्दिरा बस्नेत (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
ज्ञानी चुनरा (आर्मी क्लब)	रजत
सविना माझी (प्रदेश १)	कांस्य
सारोन गुरुङ (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला –७३ केजी	
नम्रता तुलाधर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुमित्रा खत्री (एनआरएनए)	रजत
श्रृष्टि सरतुंगे मगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
रेजिना पार्की (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला +७३ केजी	
सुस्मिता गुरुङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
प्रतिज्ञा भण्डारी (आर्मी क्लब)	रजत
ईला खत्री (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
पार्वती बस्नेत (मधेश प्रदेश)	कांस्य
महिला एकल पुम्से	
निशा दर्नाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
स्वस्तिका तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
सुशीला राई (प्रदेश १)	कांस्य
अपर्णा अधिकारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला टिम पुम्से	
स्वस्तिका तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
नीता गुरुङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रसंशा क्षेत्री (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निशा दर्नाल (पुलिस क्लब)	रजत
सीता तामाङ (पुलिस क्लब)	रजत
मोनिका रम्तेल (पुलिस क्लब)	रजत
मोनिका मगर (एपिएफ क्लब)	कांस्य
स्मृति नेपाली (एपिएफ क्लब)	कांस्य
चन्दु शाही (एपिएफ क्लब)	कांस्य
मनीषा विश्वकर्मा (प्रदेश १)	कांस्य
शान्ति राई (प्रदेश १)	कांस्य
सुशीला राई (प्रदेश १)	कांस्य
ट्रायथलोन : पुरुष डुआथलन स्प्रिन्ट	
किरण लिम्बु (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
मनबहादुर थापामगर (आर्मी क्लब)	रजत
प्रेमसिंह मन्याल (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ट्रायथलोन स्प्रिन्ट	
वसन्त थारु (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दीपेश चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
मौलिक महर्जन (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला डुआथलन स्प्रिन्ट	
ईन्द्रकला नेम्वाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनिता राई (एपिएफ क्लब)	रजत
हेमा चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ट्राइथलोन स्प्रिन्ट	
सोनी गुरुङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
श्रेबी महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
केशरी थापामगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
भलिबल : पुरुष टिम	
महेन्द्र श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
लोकेन्द्र गिरी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
टेकराज अवस्थी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विजय थापामगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण

बलिराम चौधरी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
हेमन्त मल्ल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
विनोदबहादुर चन्द (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सुनील घर्तीमगर (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रूपेन्द्र नेपाली (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
दुर्गाबहादुर सुनार (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
राजकुमार निरौला (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
धिरोज बस्नेत (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
ईश्वर थापा (आर्मी क्लब)	रजत
धनबहादुर भट्ट क्षेत्री (आर्मी क्लब)	रजत
दुर्गाप्रसाद महतो (आर्मी क्लब)	रजत
मनबहादुर श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
हृदेशप्रसाद चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत
दुर्गाबहादुर खड्का (आर्मी क्लब)	रजत
सरोजकुमार बोहरा (आर्मी क्लब)	रजत
टीकाराज तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
हरिहजुर थापा (आर्मी क्लब)	रजत
राजेन्द्र बिष्ट (आर्मी क्लब)	रजत
सरण समारी (आर्मी क्लब)	रजत
हरि अधिकारी (आर्मी क्लब)	रजत
द्वारीका थापा (पुलिस क्लब)	कांस्य
विशालबहादुर विक (पुलिस क्लब)	कांस्य
एमबहादुर मगर (पुलिस क्लब)	कांस्य
सफल विश्वकर्मा (पुलिस क्लब)	कांस्य
रविन चन्द (पुलिस क्लब)	कांस्य
भीमबहादुर गाहा (पुलिस क्लब)	कांस्य
कुलबहादुर थापा (पुलिस क्लब)	कांस्य
रविन नगरकोटी (पुलिस क्लब)	कांस्य
झमनसिंह दर्जी (पुलिस क्लब)	कांस्य
प्रेमप्रसाद गौतम (पुलिस क्लब)	कांस्य
नारायण सिंजाली (पुलिस क्लब)	कांस्य
प्रजोल मल्ल (पुलिस क्लब)	कांस्य
भलिबल : महिला टिम	
विनिता बुढाथोकी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सरस्वती चौधरी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
हिरा केसी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रेश्मा भण्डारी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
कविता भट्ट (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
आरती सुवेदी (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
उषाकुमारी बिष्ट (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
गरिमा बोहरा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
जासना महतो (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
पजा थारु (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मनीषा तामाङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण

निरुता ठगुन्ना (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
तिला चौधरी (पुलिस क्लब)	रजत
मनीषाकुमारी चौधरी (पुलिस क्लब)	रजत
लक्ष्मी चन्द (पुलिस क्लब)	रजत
यमुना रसाइली (पुलिस क्लब)	रजत
उषा भण्डारी (पुलिस क्लब)	रजत
कामना बिष्ट (पुलिस क्लब)	रजत
पुष्पा चौधरी (पुलिस क्लब)	रजत
कमला पुन (पुलिस क्लब)	रजत
कोपिला राणा (पुलिस क्लब)	रजत
पुनम चन्द (पुलिस क्लब)	रजत
शान्तिकला तामाङ (पुलिस क्लब)	रजत
सरस्वती कट्टेल (पुलिस क्लब)	रजत
प्रतिभा माली (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सलिना बुढामगर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
जेनिसा विश्वकर्मा (बागमती प्रदेश)	कांस्य
चाहान ब्लोन तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रगति नाथ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
भावना तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
निशा महर (बागमती प्रदेश)	कांस्य
ललिता नाथ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
वाल्मिका आचार्य (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सलिना श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सुनिता गौतम (बागमती प्रदेश)	कांस्य
प्रेममाया तामाङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
भारोत्तोलन : पुरुष +१०९ केजी	
सागर भण्डारी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
पुकार गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
प्रतापकुमार चौधरी (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष १०२ केजी	
सन्देश गुरुङ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
रणबहादुर नगरकोटी (एपिएफ क्लब)	रजत
उज्ज्वलकुमार मिश्र (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष १०९ केजी	
सुवाष उपाध्याय (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
राजीव महर्जन (पुलिस क्लब)	रजत
मो. आशिक हुसैन (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ५५ केजी	
तुलाराम महतो (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
दिलीप यादव (पुलिस क्लब)	रजत
धीरजकुमार गुप्ता (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६१ केजी	
मूल लामा (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
राजु चौधरी (आर्मी क्लब)	रजत

हेमनारायण यादब (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६७ केजी	
कमलबहादुर अधिकारी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मुक्तिराम घले (आर्मी क्लब)	रजत
अशोकसिंह भण्डारी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७३ केजी	
हेमन्त पाल (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
अशोककुमार शाह (पुलिस क्लब)	रजत
राहुलकुमार दास (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष ८१ केजी	
विकास थापा (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
राजगुरु यादब (मधेश प्रदेश)	रजत
नरेशकुमार चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ८९ केजी	
विकास भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
ओमप्रकाश वैश्य (पुलिस क्लब)	रजत
सन्तोष चौधरी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
पुरुष ९६ केजी	
विशालसिंह बिष्ट (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
तिलकबहादुर थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
सञ्जय यादव (मधेश प्रदेश)	कांस्य
महिला +८७ केजी	
विद्या राई (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
शिखा थापा (एपिएफ क्लब)	रजत
सिंजल गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला ४५ केजी	
हीरामोती थारु (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
लीला राई (एपिएफ क्लब)	रजत
अम्बिकाकुमारी यादब (मधेश प्रदेश)	कांस्य
महिला ४९ केजी	
संगीता राई (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
उत्साह पाण्डे (बागमती प्रदेश)	रजत
पवित्रा थापामगर (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५५ केजी	
टीकामाया गुरुङ (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
प्रभा थारु (आर्मी क्लब)	रजत
कृष्णकला बिष्ट (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५९ केजी	
कमला श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
देविकुमारी चौधरी (पुलिस क्लब)	रजत
अस्मिता पुलामी मगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ६४ केजी	
सारदा चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राजलक्ष्मी थापा (पुलिस क्लब)	रजत
प्रशंसा पुन (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ७१ केजी	
जुनमाया छन्त्याल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सरिता लामा (एपिएफ क्लब)	रजत
सरस्वती परी (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ७६ केजी	
पूजा कुमाल (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सरस्वती गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सजना थिङ लामा (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ८१ केजी	
तारादेवी पुन (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
अञ्जली श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
चम्फाकुमारी ठकुल्ला (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला ८७ केजी	
निसाना बलाल (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
जयन्ती श्रेष्ठ (पुलिस क्लब)	रजत
अस्मिता राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
कुस्ती : पुरुष १२५ केजी	
राज यादव (मधेश प्रदेश)	स्वर्ण
सागरकुमार यादव (पुलिस क्लब)	रजत
विशाल बुढाथोकी (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष ५७ केजी	
कुन्दन साह तुराहा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
भागवत साह तेली (पुलिस क्लब)	रजत
अमरेन्द्र यादव (मधेश प्रदेश)	कांस्य
अर्जुन बोहरा (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ६१ केजी	
अमरेशकुमार यादव (मधेश प्रदेश)	स्वर्ण
रामकिशोर यादव(एपिएफ क्लब)	रजत
मधुकर चौहान लोनिया (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
दमन बिष्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६५ केजी	
सुजित यादब (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
गंगाराम चमार (पुलिस क्लब)	रजत
अर्जुनकुमार साह (मधेश प्रदेश)	कांस्य
भुवन चन्द (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७० केजी	
उमेश ठाकुर हजाम (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
धर्मेन्द्रप्रसाद यादव (पुलिस क्लब)	रजत
कृष्ण यादव (आर्मी क्लब)	कांस्य
मनोजप्रसाद यादव (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७४ केजी	
सुरेश चुनरा (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
रितेशप्रसाद यादब (पुलिस क्लब)	रजत

रमेश यादव (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
मुक्तर आलम (मधेश प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७९ केजी	
बलिरामप्रसाद यादव (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
बुन्नीलाल राउत (मधेश प्रदेश)	रजत
वीरेन्द्रसिंह साउद (आर्मी क्लब)	कांस्य
प्रहलब यादव (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ८६ केजी	
लालबहादुर प्रसाद यादब (मधेश प्रदेश)	स्वर्ण
मुनेश्वर यादब (लुम्बिनी प्रदेश)	रजत
मुकेशकुमार ठाकुर (एपिएफ क्लब)	कांस्य
दीपेशकुमार राउत (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष ९२ केजी	
रमेश गौतम (लुम्बिनी प्रदेश)	स्वर्ण
अवदेशप्रसाद यादब (मधेश प्रदेश)	रजत
निखिलराज पटेल (एपिएफ क्लब)	कांस्य
विनोद सहानी (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष ९७ केजी	
सुमिरकुमार शाह (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
सन्दीपकुमार यादव (एपिएफ क्लब)	रजत
राजेश यादव (पुलिस क्लब)	कांस्य
मुकेश हरिजम (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५० केजी	
दमन्ती बोहरा (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
उर्मिला गुरुङ (आर्मी क्लब)	रजत
अम्बिका भण्डारी (एपिएफ क्लब)	कांस्य
प्रिमका सरदार (प्रदेश १)	कांस्य
महिला महिला ५३ केजी	
मनीषा सिंह (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
रुबी थापा (गण्डकी प्रदेश)	रजत
सम्भना थारु (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुष्पा शाही (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५५ केजी	
संगीता धामी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
शिवाङ्गी दुबे (आर्मी क्लब)	रजत
सन्ध्या दुबे (पुलिस क्लब)	कांस्य
स्मृतिकुमारी कुल्मी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५७ केजी	
लक्ष्मी तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
वर्णा चोङ्बाङ (प्रदेश १)	रजत
सालु कुमारी (पुलिस क्लब)	कांस्य
किरण यादव (मधेश प्रदेश)	कांस्य
महिला ५९ केजी	
कोमल खत्री (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
संगीता पाल (पुलिस क्लब)	रजत
कोपिला थापामगर (आर्मी क्लब)	कांस्य
भावना चन्द (एपिएफ क्लब)	कांस्य
महिला ६२ केजी	
सुशीला चन्द (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
कलावती भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
लिलप कुमारी (मधेश प्रदेश)	कांस्य
ज्योतिकुमारी यादव (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला ६५ केजी	
निर्मला जगारी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रियंकाकुमारी धानुक (पुलिस क्लब)	रजत
विनिता पण्डित (प्रदेश १)	कांस्य
महिला ६८ केजी	
नीरा औजी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
प्रिजिन्ता तामाङ (प्रदेश १)	रजत
रूपा शाही (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
महिला ७२ केजी	
हेमा भट्ट (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	स्वर्ण
रेखा रावल (आर्मी क्लब)	रजत
रेनुका राजवंशी (प्रदेश १)	कांस्य
चिन्तादेवी सहानी (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ७६ केजी	
रचना श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
श्रृजनाकुमारी चौधरी (प्रदेश १)	रजत
विमला सुनार (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
उसु :	
किरणसिंह साउद (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
निकेश श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
रामेकुमार राजवंशी (पुलिस क्लब)	कांस्य
रोमन श्रेष्ठ (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष ४८ केजी	
यमराज थापामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
गौतम श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
गणेशकुमार लिम्बु (प्रदेश १)	कांस्य
स्माइल भण्डारी (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ५२ केजी	
अशोक खालिङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
शिवराज सुनारी मगर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
अनिष परियार (बागमती प्रदेश)	कांस्य
मदनकुमार श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ५६ केजी	
रोहित चुनरा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
कान्ती लामा (बागमती प्रदेश)	रजत
रोशन अछामी (पुलिस क्लब)	कांस्य

गनेन्द्र सिंह (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ६० केजी	
मंगलप्रसाद थारु (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
मुकेश पण्डित (पुलिस क्लब)	रजत
कमल आचार्य (आर्मी क्लब)	कांस्य
रोहित लिम्बु (प्रदेश १)	कांस्य
पुरुष ६५ केजी	
समन घुसरी (पुलिस क्लब)	स्वर्ण
पदम ठकुल्ला (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
अभिषेक ताङ्नामी (लुम्बिनी प्रदेश)	कांस्य
राजेश चौधरी (आर्मी क्लब)	कांस्य
पुरुष ७० केजी	
पदम राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
सुवाष सेठी (एपिएफ क्लब)	रजत
मो. वसिम खान (मधेश प्रदेश)	कांस्य
अनुप खड्का (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ७५ केजी	
चित्रसिंह ठकुरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनिष शाही (एपिएफ क्लब)	रजत
अमृत विश्वकर्मा (प्रदेश १)	कांस्य
हरिषचन्द्र कार्की (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ८० केजी	
सञ्जीव महर्जन (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
उपेन्द्र मारिक (प्रदेश १)	रजत
आलोक बुढामगर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
राजकुमार श्रेष्ठ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष चाङ् क्वान	
विजय सिंजाली (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
विपन थापा (बागमती प्रदेश)	रजत
आयुष चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
पुरुष गन सु +दाव सु	
विश्व बुढामगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
राजीव तामाङ (आर्मी क्लब)	रजत
रविन्द्र आले (पुलिस क्लब)	कांस्य
पुरुष नान क्वान + नान गन	
दीपक हमाल (कर्णाली प्रदेश)	स्वर्ण
शनि श्रेष्ठ (एपिएफ क्लब)	रजत
सागर खड्का (बागमती प्रदेश)	कांस्य
पुरुष ताइजी क्वान + ताइजी जिन	
हरिप्रसाद गोले (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
पाशाङ शेर्पा (आर्मी क्लब)	रजत
मनीष बुढाथोकी (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला ४८ केजी	
गौरी घर्ती (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण

मनिषा प्रधान (आर्मी क्लब)	रजत
नवीना विक. (पुलिस क्लब)	कांस्य
अस्मिता गाहामगर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला ५२ केजी	
एलिना चौधरी (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आशु हलवाई साह (पुलिस क्लब)	रजत
सशान थिङ (बागमती प्रदेश)	कांस्य
सीमा गुरुङ (गण्डकी प्रदेश)	कांस्य
महिला ५६ केजी	
विद्या गुरुङ (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
रीता ठकुल्ला (पुलिस क्लब)	रजत
सुनिता विक (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
मुबी राई (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ६० केजी	
निशा विक (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
सृजना रखाल मगर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
रोजिना सुनुवार (पुलिस क्लब)	कांस्य
गोमा अफ्री (कर्णाली प्रदेश)	कांस्य
महिला ६५ केजी	
मनीषा रावत (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
लुमन्ती श्रेष्ठ (आर्मी क्लब)	रजत
आयुषा महर्जन (पुलिस क्लब)	कांस्य
गोमती साउद (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला ७० केजी	
विन्दु पुनमगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अनीषा आलेमगर (गण्डकी प्रदेश)	रजत
पूजा गुप्ता (पुलिस क्लब)	कांस्य
वस्ताकुमारी पाखिन (बागमती प्रदेश)	कांस्य
महिला चाङ् क्वान	
सुस्मिता तामाङ (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
आशा शाही (कर्णाली प्रदेश)	रजत
दीपिका चौधरी (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य
महिला नान क्वान + नान दाव	
निमा घर्तीमगर (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
अञ्जिता स्याङ्तान (एपिएफ क्लब)	रजत
प्रेमकुमारी आले (पुलिस क्लब)	कांस्य
महिला क्वान सु + जिन सु	
कविता थापा (एपिएफ क्लब)	स्वर्ण
एलिसा खाती (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	रजत
मोनिका थापा (आर्मी क्लब)	कांस्य
महिला ताइची क्वान + ताइची जिन	
सविता राई (आर्मी क्लब)	स्वर्ण
मिना ग्लान (आर्मी क्लब)	रजत
पुष्पा कुँवर (सुदूरपश्चिम प्रदेश)	कांस्य

नवौं राष्ट्रिय खेलकुदका झलक

प्याराग्लाइडिङ

साइक्लिङ

बक्सिङ

सफ्ट टेनिस

शारीरिक सुगठन

जिम्न्यास्टिक

भारोत्तोलन

क्रिकेट

कुस्ती

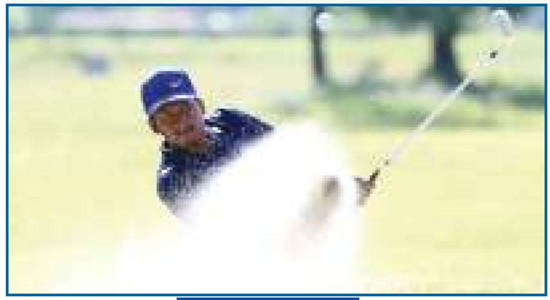
टेबलटेनिस

स्क्वास

जुडो

खो खो

एथलेटिक्स



गल्फ

फुल कन्ट्याक्ट कराते

बास्केटबल

फेन्सिङ

कबड्डी

ब्याडमिन्टन

लनटेनिस

बुद्धिचाल

कराते

आर्चरी

तेक्वान्दो

भलिबल

ह्यान्डबल

रग्बी

हक्की

आइटिएफ तेक्वान्दो

फुटबल

पौडी

सेपाकताक्रो

सुटिङ

ट्रायथलन

उसु

महेश्वरजंग गहतराज 'अथक', मन्त्री
युवा तथा खेलकुद

कृष्णचन्द्र नेपाली, मुख्यमन्त्री
गण्डकी प्रदेश

शिव कोइराला 'ज्वाला', उपाध्यक्ष
राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्

टंकलाल घिसिङ, सदस्यसचिव
राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्

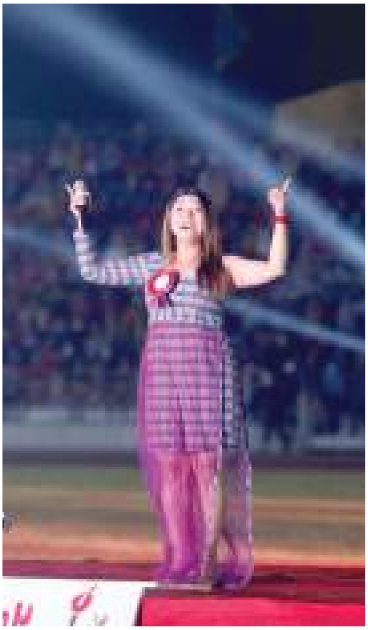
धनराज आचार्य, मेयर
पोखरा महानगरपालिका

जीवनराम श्रेष्ठ, अध्यक्ष
नेपाल ओलम्पिक कमिटी

निर्णायकको तर्फबाट शपथ लिँदै
भलिबलका **टहलसिंह थापा**

खेलाडीको तर्फबाट शपथ लिँदै
प्याराग्लाइडिङका **सुशील गुरुङ**

नवौं राष्ट्रिय खेलकुद-२०७९



खेलकुद-२०७९
समारोह