

ಹುಯಿಂಘ್ ಟೆಞ್ಞಾಱ್ಲೆ

ಗೋಪನಲಂಘ, ಡ್ರೆಱ್ ೪೭, ೫೦೫೫, ೫೫೬೮

೪೯ ಲ್ಲೆ೪ ಸರ್ವೆ, ೪೦೫೦೪ ಹಲೋ

ಹುইয়েನ ಲಾನಪಾউ

ಶಾಗೊಲಶೆನ, ಜುಲಾಹಿ ೧೪, ೨೦೨೨, ಇಂಫಾಲ
೪೭೭೨೪ ಚಹಿ, ೧೦೫೨೪ ಮಶಿಂ

এদমিসনগী শেলয়াম

অমুক্তদা পুন্লপ লৌদবা যাদব্রা

বোর্দ ওফ সেকেন্দরি এদ্যাকেসন মণিপুর (বোসেম) না লৌদুনা পাঙথোকখিবা চংলিবা চহী ২০২২গী হায় স্থুল লিভিং সর্টিফিকেট এগজামিনেসনগী রিজন্ট লাউথোকখিবদা হৌখিবা চহী ১০গী মনুংদা কোভিদ-১৯না মরম ওইরদুনা স্থুলশিং থিংজিনবদগী লোইনমক প্রমোসন পীখিবদ্ থাদনা মইরোয় মশীং খ্বাইদগী রাংনা পাস তোঁথ্রে। এগজামিনেসন অসিদা শরুক য়াখিবা অপুনবা মইরোয়শিংগী মনুংদগী চাদা ৭০গী মথন্তা পাস তোঁখি। তৌসনু ফৈ, এগজামিনেসন অসি পাস তোঁবা য়ারে হায়দুনা বোসেমনা লাক্রিবা পাদম অদ্ লাহ্চোকপা ওয়া মইরোয়শিং পাস তৌরকপনি। অদুগা অপুনবা সবজেঙ্ট ৬কী মার্কনা পাদম অদ্ যৌবা ওমদবশিংবুনা ফেল ওইরকপনি। মসিদি বোর্দ ওফ সেকেন্দরি এদ্যাকেসন, মণিপুরগী মায়কৈদগী পাঙথোকরকম থোকপা, তৌফম থোকপা থবকনি, মচৎনি। অদুব্ এগজামিনেসন অসিব্ মায় পাক্লরুবা নুপামচা অমসুং নুপীমচা মইরোয়শিংগী মরন্তগী মখা তমথনীংলিবা অঙাংশিংগী মনুংদগী প্রাইভেট স্থুলশিংদা তমজনীংবা মইরোয়শিংদি ক্লাস এলেভেনগী এদমিসনগী মতমদা য়াল্লবা শেনফম অমা পুথোক্তবা য়ারক্তে। শেলয়ামসিসু অগীকপা নভে। লুপা লিশীং ৫০ হেন্দোরক্তুনা লুপা লিশীং ৬০/৭০গী মথক্তনি। অদুগা য়াল্লবা শেলয়ামসি ওইহল্লকখিবগী মরমশিংনা এদমিসন ফি, থাগী ট্যাসন ফি, য়ুনিফোর্মগী মমল, স্থুল বেগকী চার্জ, ভেন নংত্রগা স্থুল বসকী অতোংমল, ফাইনেল এগজামিনেসনগী মমাঙদা স্থুল/স্থুলদুনা শিঙদুনা পাঙথোকচগদবা মখল কয়াগী টেষ্ট/টমিনেল এগজামিনেসনশিংগী ফিনচিংবশিং য়াওরি। অকরুবা মইহেশঙ (প্রাইভেট স্থুল) অমদা মিং চল্পবা মতমদা হায়রিবা লৌফম থোকপনি, লৌগদবনি অমসুং পীগদবনি হায়রিবা শেনফমশিংসি প্রাইভেট স্থুলশিংনা লৌই। লৌসনু, প্রাইভেট স্থুলশিংগীসু মথোয়গী ওজাশিংগী থাগী তোলাপ পীদবা য়ারোই। ওজ শিংদা নন্তনা নন-টিচিং ষ্টাফশিংগী মরন্তা ক্লাস রুম ক্লিনর য়াওনা চৌকিদার ফাওবা য়াওরিবনি। তঙাইফদবা, টিচিং মেটরিএলশিং চঙলিবনি। কনাগুয়া স্মার্ট ক্লাসকী খুদোংচাবা লৈবা স্থুলশিংদদি মৈ চঙলিবনি। মতমগা চুনবা মেছিনরিশিং শীজিন্নরিবনি।

অদুব্ অঙাং অমনা প্রাইভেট স্থুল অমদা ক্লাস এলেভেন তল্পবগীদমক এদমিসন তৌরকপা মতমদা চঙফম থোকপা শেলশিংনি, পীফম থোকপা ফিশিংনি হায়দুনা অমুক্তদা শেলয়াম অমা চেম্পপ লৌবদি চুয়া? লৌফম থোকপদগী লৌরিবা স্থুল ওথোরিটিগী মায়কৈদগীবুদি অচুয়া ওইগনি। অদুব্ অমুক্তদা পীফম থোকপা য়াল্লবা ফিশিং পুন্লপ পুথোকচবা ওমজদবা মইরোয়শিং অমসুং মথোয়গী মমা-মপা, গাজি নানশিংগীসু খনবীবা/য়েংবীবা চুন্মোইদ্রা হায়বগী রানি। এদমিসনগী মতমদা একাদেমিক কেলেন্দর অমগী লৌফম থোকপশিং শিং-নান্না লৌহৌবনবুদি স্থুলশিংগী ওথোরিটিদা শেনফম অমা শোয়দনা খঙগনি। মইরোয়শিং অমসুং মথোয়গী মমা-মপা ওইবশিংদসু কোমগনি, খুয়া তুশিংহনগনি। ওম্পববুদি য়াল্লা ফৈ। অদুব্ ওমদবা য়াওরকুবদি কমদৌবা হায়বগী রাহং চোংথোরকই হায়বনি। মরম অসিনা থা ১০গী স্থুল বস/ভেনগী অতোংমল মাঙজৌনদা পুন্লপ লৌদ্রবসু থা/থাগী লৌবা য়াই। ট্যাসন ফিসু মতম মতমগী ওইনা লৌবা য়াই। ইন্টারনেল এগজ মিনেসনশিংগীসু অদুমুঙাই। এদমিসন ফি ফাওবদা য়াল্লবনিনা অছম মরি থোক্কা খাইদোক্কাগা তাক্ক নাইনা পীবগী অয়াবা ফাওবা পীবীবা য়াই। থৌওংসিনা মণিপুরগী এদ্যাকেসন সেক্টরদা প্রাইভেট স্থুলশিংনা চহী কয়াগী মমাঙদগী লৌরক্লিবা থৌদাংশিং হেন্না রাহ্চোক লৈহনগনি হায়নীংই। হোয়, মইরোয় অমনসু পীফম থোকপা, প্রাইভেট স্থুল অমনসু লৌফম থোকই হায়বশিং অমুক্তদা পুন্লপ লৌহৌবনা স্থুলশিংগীদি অচৌবা এদভান্টেজশিং ফংবা য়াই। অদুব্ অমুক্তদা শেলয়াম পুথোকচবা ওমদবশিংদদি নাই তাবঙম থোকহনবা য়াওরে হায়বনি। মার্ক য়াল্লা ফংবা মইরোয়শিং পুথোকপা ওয়া মইহেশঙনি হায়রগসু তব্বীমল লৌবদা শেন্দোং হেন্না থিবা মানবগী ফীভমদি ওইহন্নীংদে।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি কুাইজ-৪৫

- ১) “তনৌ তনৌবী” হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো অমদি করহ্না মখলগী লাইরিকনো?
- ২) “দ গাইদ: লমজিংবা” হায়বা লাইরিক অসি ওরিজিনেল কনানা ইবা করি লাইরিঙ্গী মণিপুরীদা কনানা হন্দোকপনো?
- ৩) “শাবন যুম্ফম” হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো?
- ৪) “শোল্লাবা কোকসিদা পুবিদি ওমজদা/পেনবা নাইদনা থকচিল্লরে/নঙগী মায়থোঙগী কল্পবা যুগী নেশা।/অহিং চুপ্পা খাঙ্জৈ চৈনা, নীংজরুবগী/হন্দোক্তুনা/লাঞ্জখিদবা চীনসিদগী/নঙগী নমিং/লেপ্পা লৈতা।” মণিপুরগী শক্কাইরবা কবি অমগী শৈরেনিং। কবি অসি কনানো, মহাক্কী করহ্না লাইরিঙ্গা য়াওবা করি মমিং থোনবা শৈরেনো?
- ৫) “নূর বেগম” হায়বসি কনানা ইবা করহ্না মখলগী লাইরিকনো?
- মথক্তা পীরিবা রাহংশিং অসিগী পাউখুম জুলাই ১৫, ইরাই নুমিংকী অযুক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নংত্রগা ঙ্গ-মেল hueiyenliteraryquiz@gmail.com সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মইহগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। রাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুয়া নংত্রগা মশীং য়াল্লা চুয়া পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওংচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লাবা মীশক অদুদা মনা পীগজনি।

নীংশিংবগী থোঙনাওদা - ৮৬
(শুমাং লীলা অমদি ঐ)

চাইথোরকপা রাখল

নরেন্দ্র নিংঙোয়া

মমাঙদসু মণিপুরগী লো এন্ড ওর্দরগী কীভমনা লীলা শাল্লাবা চপদা কয়ামুক য়াল্লা খুদোং চাদবগে অমদি পুলি অসি কয়্য য়াল্লা শীংনদুনা মীয়ামগী থৌগল তৌদুনা লীলা শাল্লাবা চংলিবনো হায়বগী মতাংদা রাফম খরা শামিন ওইনা থমজন্ত্রে। ওসিসু মখা তানা খজিক্তংগা নীংশিং পঁরে লাক্তুনা মীয়ামদা থল্লাবা হোংনজগে। কুম্জা ১৯৮০ হৌরকপা অমদি মদুদগী খরা চথরকপা চহী হায়জবা তারে কুম্জা ১৯৮৫/৮৬কা যৌরকপদগীদি মণিপুরদা হান্না লৈরহ্না লো এন্ড ওর্দরগী কীভম অসি নোংমা নোংমগী কয়্যম হোংলক্লবগে হায়বসি খন্তনা হোংই হায়জবা তারে।

মতমদুনা লালহৌবগী এক্টিভিটিজ অসি অসুক্কী মতিক কনন্ত্রে। লালহৌবশিংনা লৈবাক অসিদা অনৌবা অনুনবা অমা পুরুরুবা ইন্দিয়ান লাম্বীগী মথক্তা লান কয়্য শোরুল্লকপা মতমনি। লান অদুগী পনঙাক ওইনা ট্রেট পুলিস ফেসশিংসু য়াওশিল্লক্কুনা হেন্না শাখীবা কীভম অমদা লাকপা হৌরকখি। মতম অদু মণিপুরগী শুমাং লীলাসু অসুক্কী মতিক মপাদ্লল কনখংলকপা মতমনি। মতমদুদা লীলা শাল্লাবা মফম খুদিংদা লালহৌবা নহারোলশিংগী এক্টিভিটিজশিং অসি নুংতিগী উন্নেক্তে হায়বা তাই। লীলা কয়্য শামরিঙৈদা নহারোলশিং খুংলায় পায়দুনা লাকখি। ওদিএক্সনা ইকোয় কয়্যনা ফমদুনা লেপ্তুনা লীলা শামরিঙৈগী মরক্তা চঙশিল্লক্কুনা মথোয়গী অপাল্ল অনীংবা মীয়ামদা থল্লাংবা রাশিং অদু মহিৎকোফেনদা হায়গনি। করিঙম্হদা চেজই চাইবা হায়না য়াল্লা কয়্যা চংনরশী। মদুদী চেজই অদু অমুক চাইথোক্কনি। মতমদুদা খরা কিগনবা কাঙবুদি লীলাদু য়েংদনা ময়ুম ময়ুমদা হমাখিবা কোঙ্গাইনি। ঙাইহাক লৈরগা ট্রেটকী পুলিস অমদি আর্মি মতমদুদি জে কে আর্মি হায়না খঙনবা শাখীবা কাঙবু অমা লৈরশী। মথোয়দু য়াল্লা তমখী। ঐগী রাফমসি মরী লৈনবশিংনা তবীরগদি শোয়দনা নুংঙাইতবা ফাওগনি। মসিদি য়াল্লা চুয়া নীংশিংলগা হায়জবনি বারৌবিগনু। মথোয়গীসু মথোয়গী মথৌ তৌজবনি। মদুদা য়েংলুবা থিংলুবগী বা নংচদে। কনানব্ মতমদুদা জে কে আর্মি লাকপা মতমদা মমাঙ থৎতুনা রা ঙাভবা ঙমগদৌরিবনো? কল্লৈ থৌরে হায়বা অমত্তা মথোয়গী মমাঙদা রাইহ অমা ফাওবা মইরে খংপা গুস্তা নন্তে। মথোয়দি অশেংবনি খঙদে, শেংংবনি খঙদে, চিইনে হায়দুনা থোক ফাগনি, হাংকনি। ফগুগা ময়ুমদা অমুক্তা হল্লকখিদবা কয়্য অমা লৈখি। মসিগী বারিসিনা নাক্সদা থেদোকচরগে। মতমদুদা আর্মিশিংগী এক্টিভিটিজসু অঙকপা অমনি। অদুনা ময়ামসি য়াল্লা কিইনে। লালহৌবা নহারোল লাকন্ত্রে তাবগা কনানা পীবা পাউনা খঙদে, ট্রেট পুলিসসু অদু মঙই, আর্মিশিংসু অদু মঙই মরী মরী হেজ্ঞা থুংলরগনি। অদুগা লীলা য়েংল্লিবা ময়ামদু মচি লেঙবা য়ারোই হায়না লাউ থোংদুনা তৌরগা, অমমমতা ওইনা চেক তৌদুনা ওহ্চোকপা কীভম অমদা চংনরশী। অদুনা ঐথোয় লীলা শাল্লাবা চংপা হায়বসি য়াল্লা রিধ লৈবা অমা ওইরকখি। অদুনা ঐথোয় লীলা শালবসি মফম অমদি মতম য়েংদুনা লীলা শালারে। অদুব্ লৈবাক মীয়ামুদি ঐথোয়ব্ নুশিবিবনিনা, লীলাসি পংকৌদা কৌবা লাকখি। মতমদুদি লীলাগী থোঙচৎ অসিসু অঙকপা অমনি। লীলা য়াল্লা তৌনে। কনাগী স্মাষ্টি পুজা, নাহৎ-নায়েংবা, লুপ্তন থাংবা, অঙাং মমিং থোনবা, লুহোংবা, সরস্বাতি পুজা, দুর্গা পুজা, কাং, বিশ্বকর্ম্ম পুজা, য়ুম শঙ্গাবা, স্থুল শঙ্গাবা, থোং শঙ্গাবা লীলাগী লীলা ঙজুনি। লৈকায় মীয়াম্সসু লীলা তৌ হায়না য়ুক্কা নংত্রগা খৌবুদা ইনশিনগনি। অতোপ্পা মখল অমত্তগী কুঁশ্ম কেন্দেদা। লীলাদা লোইনা অহানবা ওইনা মীংয়েং থল্লাবা মতম অমসু কয়্য ওইখি। অদুদীসু মথক্তা, লৈকায় লৈকায় খুদিং, খুন খুন খুদিংদা লীংলিবা/লৈরিবা ক্লব ওর্গানাইজসনশিং পুন্মক্কী দিভেলপমেন্ট তৌনবগী থৌরাং অমা কয়্য লাংলকপা মতমদা শুমাং লীলাসি চেরিটি ওইনা য়াল্লা কয়্য শামরকপা মতমনি। অদুনি এনসু মমাঙদা লৈকায় খুদিংমক্কী চাওংং থৌরাংদা, স্পোর্টস, অতৈ হীরম থাংদা শুমাং লীলানা অচৌবা থৌদাং লৈকাই ক্লবশিংগা খুংশম্পন্নুনা য়াল্লা কয়্য হোংনরকখি হায়না কয়্যজখিবব। মদুগুস্তা কয়্যগী লীলা থোঙচৎ অদুনা ঐথোয়সি নোংমতা শংদবা মতম হায়বদু ওইখিবনি।

কুম্জা ১৯৯০ যৌরকপদি মণিপুরগী লো এন্ড ওর্দরগী কীভমসু ফংলকখিদে, অদুগা মণিপুরী শুমাং লীলাগী থোঙচত্তসু অদুমক লেপখিদে। মতমসিদি এনা বারী অমখক ময়ামদা থমজনীংলিবা। মতমদুদা সেক্ট্রেল এস পি হায়দুনা ইংফালগী ওইবা অপুনবা এস পি অমা লৈরশী। মদু সর অহ্চেহ্নে

আই এন বি এ মণিপুর চেম্পিয়নশিপকী কেটেগোরি অমদি দিভিজনশিং

- ডা. ঙাঙবম শান্তিকুমার -

INBA ASIA GLOBAL (International Natural Bodybuilding Association, Asia) অমদি INBA INDIA গী মীংয়েং মখাদা পাঙথোক্কৌরিবা 2022 INBA MANIPUR STATE LEVEL NATURAL BODYBUILDING (& FITNESS) CHAMPIONSHIP ইরমদম কইলেপাক্সা বৃটশকী মখত্তগী নীংখা তমখিবা কাউগুম্হরোইদবা নুমিং - ওগষ্ট ১৪দা পাঙথোক্কগনি। মশা মউ ফবগী চাংদল্লবা অসি শাগোলবন্দ ইপু মৌইরাং হনুবা কন্ম্যুনিতি হোলদা পাঙথোকচগনি।

হায়রিবা নেচরেলগী ওইবা মশা মউ ফবগী চাংদল্লবা অসিদা য়াওগদবা কাঙলুপশিং (Categories) : অহানবদা A) Junior Natural Body Building Category: 4 height groups লৈগনি। গ্রুপ মরিসিদগী অহানবা তারবা শামরোয়শিং অমুক চাংদল্লদুনা খ্বাইদগী ফবা শামরোয় অমা খনগহতুনা ওভরওল মীংথোল পীগনি। অনীশুবদা, B) Senior Natural Body Building Category: 4 height groups লৈগনি। কাঙলুপ অসিদসু অহানবা মনা ফংলবশিং অমুক চাংদল্লদুনা ওভরওল মীংথোল পীগনি। অহ্মমশুবদা, C) Women's Natural Physique (Bodybuilding) Open Category লৈগনি। কাঙলুপ অসিদা নুপীজা ওইবা শামরোয় খুদিংমক য়াওবা য়াগনি চহী অমদি অনেম অরাংগী খেঁববা থমদনা। মরিশুবদা, D) Women's Natural Fitness Open Category লৈগনি। হায়রিবা কাঙলুপ অসিদসু অনেম অরাং অমদি চহীগী খায়দোকপা লৈতে। মঙাশুবদা, E) Men's Master Natural Bodybuilding Open Category লৈগনি। কাঙলুপ অসিদা য়াওবীগদবা শামরোয়শিংদি চহী ৪০ অমদি ৪০গী মথক্তা লৈবা নুপা শামরোয়শিং ওইগদবনি। অরোইবা তরুকশুবা, F) Men's Natural Physique Open Category লৈগনি। Men's Natural Physique Open Category সি শরুক য়াগদবা শামরোয়শিংগী মশীং য়েংলগা হাইটকী দিভিজন থল্লকপা য়াবগী কীভমদা লৈরি। কেটেগোরিশিং অসিগী অনেম অরাংগী কীভম (হাইট) মখাদা ময়েক শেংনা থমজরি।

হায়রিবা কেটেগোরি অমদি ভিজনশিং অসি নেচরেলগী ওইবা শামরোয়শিংনা মশা মশাগা চান্নজবা অনেম অরাং অমদি চহীগী কীভম য়েংদুনা চাংদল্লবা অসিদা য়াওনবা মীং চশিনবীয়া মতম চানা। 2022 INBA MANIPUR STATE LEVEL NATURAL BODYBUILDING (& FITNESS) CHAMPIONSHIP য়াওনীংবা নেচরেল ওইনা শান্নজবা শামরোয়শিংনা চাংদল্লবা অসিদা য়াওনবগী এপ্লিকেসন ফোর্ম মখাদা থমজরিবা ফোন নম্বরশিং অসিদগী ফংবীবা য়াগনি ওসিদগী (জুলাই ১৪দগী)।

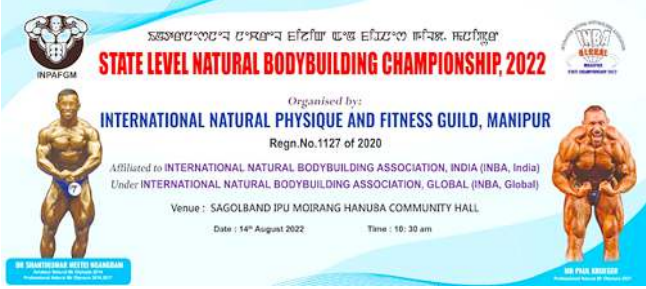
2022 INBA MANIPUR STATE LEVEL NATURAL BODYBUILDING (& FITNESS) CHAMPIONSHIP অসিদা য়াওবীগদবা শামরোয়শিংগী শক্তাকচে (আইদেঁ টিট কার্দ), অনেম অরাং (হাইট) অমদি চহীনচিংবা অরোইবা য়েংশিনবগী থৌরম ওগষ্ট ১২ গী অযুক পুং ৮দগী ১২.৩০ ফাওবগী মনুংদা শাগোলবন্দ ইপু মৌইরাং হনুবা কন্ম্যুনিতি হোলদা পাঙথোকচগনি। মরম অসিনা শামরোয়শিংনা ইশা ইশাগী শক্তাকচে (আধার/আইদেঁটিট কার্দ) কা লোয়ননা মতম চানা যৌবিরকউ। শক্তাকচে (আইদেঁটিট কার্দ), অনেম অরাং অমদি চহীনচিংবা য়েংশিনবগী থৌরম অসি ওগষ্ট ১৩দা তৌবা য়াবনি অদুব্ নুমিংসিদা শামরোয় কয়্য অমসু অতোপ্পা মশা মউ ফবগী চাংদল্লবা অমদা শরুক য়াগদবা চাংবনা লাকপদা খুদোং চারোইবা কীভম লৈবদুনা মথোয়গীসু খুদোং চাগদবা য়েংজদুনা ওগষ্টকী তাং ১২দা ওইনা য়েংখচবনি।

পাঙথোক্কৌরিবা অহানবা 2022 INBA MANIPUR STATE LEVEL NATURAL BODYBUILDING (& FITNESS) CHAMPIONSHIP অসি ট্রেট লেভেল ওইজরবসু আই এন বি এ গ্লোবেলগী চংনবী মতুংইয়া ইন্দিয়াদা লৈরিবা নেচরেল ওইনা শান্নজবা শামরোয় খুদিংমক্সা শরুক য়াবগী অয়াবসু থল্লি। ইন্দিয়াদা নভে, অতোপ্পা লৈবাক্কী শামরোয় লাক্লবসু অদুম য়াওবা য়াহনগনি। খুদম ওইনা হায়রবদা, য়ু এস এগী কালিফোর্নিয়া ট্রেটতা পাঙথোকপা আই এন বি এ কেপিটেল সিটি পাঙথোকপদা অতোপ্পা ট্রেটতগী শামরোয়দা নন্তনা অতোপ্পা

রোমেননা এস পি ওইবা মতমনি। সরসি পুক্চেল য়াল্লা চাওবা মীশকনি। আষ্টিশিংবুসু য়াল্লা লুনা তৌবি। সরগী থবক্সা মরী লৈনবা শিল্পা অমনি। মদুদী মায়কৈ অদোমদিদি য়াল্লা কৃপ্পা খঙজদ্রে। ঐথোয়গী লীলা পাটিসি সরনা য়াল্লা নুংশিনা তৌবি। চহী খুদিংগী সরনা ঐথোয়গী লীলাসি অহ্ম মরিরক্তি শোয়দনা কুম্ম খুদিংগী কৌদুনা ঐথোয়গী লীলাসি য়েংবী। মরু ওইনা য়াওশঙসিমা শোয়দ্রে। কং মনুং, অদুগা অতৈ হীরম কয়্যাদা শুংশোয় শোয়দনা ঐথোয়গী লীলাসি কৌদুনা হেক হেক য়েংবীবনি। সর হেক লাক্ত্রিৎ ঐথোয় লীলা হৌদে। সর হেক লাকপগা য়ারে হায়রকাসুদা লীলা হৌজৈ। থরায় তানা য়েংবীবনি। য়াল্লা নুংশিজরিবদি, ঐথোয়সি সরগী য়ুমদা লীলা তৌবা মতমদা চাক্স য়াওনা পীগজৈ। অদুসু সরনা এঞ্জাংগা য়েনবীদুনা পীগবিখিবদ্ ঐনা শুংকাউ কাউতা ঙমজদে। অদুনি এনা সরগী পুক্চেল য়াল্লা চাওবা, মীংংশি য়াল্লা লৈবা অমদি আষ্টিশিংবু থন্মোয় শেংনা নুশিবিবা মীশক অমনি হায়না পঞ্জরিবসি। মসিগী খুদম চাংদম অমসু মখা তানা পীগজে।

ঐথোয়ব্ লুনা তৌবীগী মতিক ঐথোয়নসু সরদা ওইনজদুনা হায়য়েইলবা রা হায়জখি। অতৈ রা নভে। ঐথোয়না লীলা শাল্লাবা চপদা থেংনরিবা আর্মিগী অরাবা কয়্য অসি খরদা ওইরসু কোল্লবা হায়দুনা মরী ইঁরে লৈনদনা সরদা ঐথোয়গী আইদেঁটিটি কার্দ অমমদা পীবিয়ু হায়না ইশামক্স হায়জ খি। সরনা নোকখি। নথোয়গী আই কার্দপু ঐনা করহ্না পীগদৌরিনো? ট্রেট কলা একাদেমিগুস্তা, আর্ট এন্ড কলচর দিপার্টমেন্টগুস্তা পীগদবনি। মদু ঐনা পীবদা নাইতে চারোই হায়না সরনা শাউবগী মহত্তা নোক্তুনা হায়বীখি। অদুব্ ঐথোয়না লম্বী চপদা থেংনরিবা খুদোং চাদবা কয়্য অদুদী য়েংলগা করিগুস্তা খরদিদি তৌবীয়ু হায়না কয়্য হায়জবদা সরনা সজেসন অমা তৌবীরকখি। ফরে নথোয়গী আষ্টিশিংগী মমিং মথা, লৈকায়, দিটেলস ওইনা পীরক্সে হায়না হায়বীবদগী ঐনা টাইপ তৌরগা ঐথোয়গী আষ্টিশিংগী লিষ্ট অমা পীগজি। মদু সরনা মরী লৈনবা পুলিস স্টেন খুদিংমক্তা ইনকারি তৌহল্লবা মতুংগা সরনা সর্টিফিকেট কুস্তগী মওংদা চে অমা ইবিখি। মদুদি মথোয়সি নহারোল থোঙথাং আষ্টি এসোসিএসনগী ঐনা মশক খঙতা আষ্টি ঙজুনি হায়বা বারোল অসি ইবিরগা সরগী সিগনেচর মখাদা তৌরগা সিল নময়গা পীগি। মদু আই কার্দসু নভে, অদুব্ মদু ওহ্চোক্সা কমাখি। মতমদুদা সরসি য়াল্সসু মমিং লৈবা এস পি অমা ওইখিবনা আর্মি পর্সনেলশিংনা য়াল্লা বেবাহার তৌখি। আর্মি থেংনবা মতমদা ঐথোয়না সরনা পীবা চ্চৌ উংলি। মদুদা ঐথোয়সি ঙাইহাক অচন্না রাহং পাউহ্ংনরগা অদুম থাদোকই। ঐথোয়দা অচৌবা পাউহ্ অমা ওইখি। মসি সরদা ঐথোয়নদি হায়জজৈ। অদুব্ ঐনা বারী পরিং অসুম নীংশিংজরকদা বারী অসিগী তাক্ক অসি কানবা চুদে খন্দুনা মীয়ামদসু পাউজমজরিবা অসিনি। মদুদুদীদি ঐথোয়সি কনামত্তা কিলবগী রাখল অমা খনবা হৌরকখি। আর্মি মরা লৌদোংইনা চিনা থোক্স ফাওবা পনবা য়াওরিবনি। মরমদি সরগী চ্চৌ ঐথোয়দিদি মহাতারতক্কী কলগী কবচ কুদল হায়বা থাঙ তেন চঙবা ঙমদবদুগা চপ হেক মায়খিবনি।

মদু পায়ট্রিঙৈগী মমাঙদিদি আর্মি থেংনবদা মীহলসি চেক্সম চেক্সনবনি। ইরোল অমত্তা চুয়া ঙাভবা ঙমদবনি। রাহং পাউহ্ংবদা খুশী হায়বৈ রানি মীংতি মৌয়গী নোংংম মতেন অমদি নোংমৈ মতেজদা য়াওরিব শপিন্দুদা য়েংলিবনি। হেঁদৌরক্কদ্রে হায়না। নাতেসু য়াল্লা চারমতন্দা। রাবগাই বৈরক্তা লৈবা আর্মি কেম্প, রাইথোংগী আর্মি কেম্প, থৌবালগী আর্মি কেম্প, থোংজেম মখাদা লৈবা আর্মি কেম্প, ময়াম অসি খরা হেন্না শাখীবা কাঙবু ঙক্তা তবনি। মৌয়ব্ থেংনরবা কৈনোমদি অদুম তৌরে। অমা নংত্রগা অমা হেজ্ঞা হায়জিন্দুনা ঐথোয়সি ওহ্চোকপা রাখলগী অমদি পুন্নিগী অরাবদগী হেন্দোক্তুনা মতমসি য়াল্লা মাঙফনকজাংনি। হায়দেব্রুগা ফজরবগী রানি। ঐথোয়সি ফরগা নোংঙদাবা ফাওবা দিল লেপুদা সরজ লৈবা য়াওব্রবনি। মৌয়সি লৈবাক্কী থবকপুদি তৌরিবনি, লো এন্ড ওর্দর ঙজুনিবনি হায়বব্ মওং য়াল্লা তাজদবা য়াল্লা য়াওখি। অদুনা মতমদুদা মথোয়গী অহেনবা এক্স কয়্য অদুসু মথোয়গী মথক্তা য়াল্লা অঙনিবনি। নহারোল মশীং হেনগংগা ফাওবা য়াওরিবনি। নুংঙাইরিবদি মৌয়গী এক্সন কয়্য অদুনা ঐথোয়গী অনৌবা লীলা পুথোকপদসু মত্চেং য়াল্লা ওইখি। মখল মথেলগী বারী কয়্য থোক্তুনা মীয়ামদা ঐথোয়না লীলা শান্নদুনা উংচখিবদুনি, সিদি ঐনা হায়জিনবা নভে। মীয়াল্লা অদুম উদীদা লাক্সবদুনি। শুমাং লীলা হায়সিমক্সব্ মতম মতমদুদী খুদাইদা থোকপা, লাকপা চেঞ্জ ময়ামশিং অমদি মতমদুদী মীয়ামদা ফাওবা ইখিল কয়্য অদুদা শাদোংলগা বারী শেদুদনা লীলা ওইনা ইনবা ঙজুনি। অদুনা ঐথোয়সু মতমদুদা থোকখিবা রাথোক লাহ্চোক কয়্য অদুদা য়ুম্ফম ওইবা লীলা কয়্য শেদুদা মীয়ামদা লাহ্চোকখিবনি। ●



লৈবাক্তগী লাকপা শামরোয়সু অদুম য়াওবা য়াহল্লি। ঐহাক্কী ওষ্টেলিয়াগী মরুপ Ken Ross মালেমগী মফম অয়াম্হদা চংতুনা ট্রেট লেভেল, নেসনল লেভেল নংত্রগা ইন্টারনেসনল লেভেলদা পাঙথোকপা অমা ত্বেজা য়াওকই। মসিদা চাংদল্লবা অসি ট্রেট লেভেলনি, নেসনল লেভেলনি হায়বগী খেলবা থমদে।

মসিগী মরু ওইবা মরমদি আই এন বি এ গ্লোবেল অসি নেচরেলব্ পামজবা, নেচরেলব্ শৌগংপীবা মীওইশিং অমদি নেচরেল ওইনা শান্নজবা শামরোয় খুদিংমকপু ইম্হ্ অমত্তগী মীওই অমত্তম খনবগী রাখলোল লৈবা অদুনি। অসিগুস্তা রাখলোল লৈবা অমদি নেচরেল ওইবা চিজ্জকশিং চাদুনা শান্নজবা শামরোয়শিংগী চাংদল্লফম ওইবনি আই এন বি এ, পি এন বি এগী চাংদল্লবা খুদিংমক খংন-চৈনবা অমত্তা য়াওদনা য়াল্লা ঈংনা তপ্পা হরাও মীনোক তল্লা নুশিননা পাঙথোকপা ঙম্ভিবা।

হায়রিবা অসিগুস্তা রাখলোল অসিমক হন্দক পাঙথোক্কৌরিবা অহানবা 2022 INBA MANIPUR STATE LEVEL NATURAL BODYBUILDING (& FITNESS) CHAMPIONSHIP অসিদসু শোয়দনা ময়াল্লা উবা ফংবীগনি হায়না থমজজে। আই এন বি এ এসিয়া গ্লোবেলগী প্রসিদ্েন্টকী খৌ পুজদুনা ইশামক্স লাপ্পা টাইরানদগী লাক্তুনা পাঙথোকচগদৌরিবা অসিগুস্তা নেচরেলগী ওইবা চাংদল্লবগী ইহৌ অমদি নেচরেল ওইনা শান্নজবা শামরোয়শিং অসিব্ ইরমদমগী খ্বাই পুন্মক্সা লেভীবিরক্তুনা পুন্নিং থৌগংপীয়ু অমদি শৌগংপীয়ু হায়না খুঁবাম চাংজৌ তরা লোয়না পাউদমজরি। চাংদল্লবা অসিদা য়াওরিবা কেটেগোরিশিং, দিভিজনশিং অমদি এপ্লিকেসন ফোর্ম ফংফম মোবাইল নম্বরশিং মখাদা থমজরি :

- A) Junior Natural Body Building Category: * 4 Groups:
1) SHORT: Up to & including 165 cm (5'5").
2) MEDIUM: Up to & including 170 cm (5'7").
3) TALL: Up to & including 175 cm (5'9").
4) SUPER TALL: Above 175 cm (5'9")
* 1 Overall
- B) Senior Natural Body Building Category: * 4 Groups:
1) SHORT: Up to & including 165 cm (5'5")
2) MEDIUM: Up to & including 170 cm (5'7")
3) TALL: Up to & including 175 cm (5'9")
4) SUPER TALL: Above 175 cm (5'9")
* 1 Overall
- C) Women's Natural Physique (Bodybuilding) Open Category
D) Women's Natural Fitness Open Category
E) Master Natural Bodybuilding Open Category (40 years and above)
F) Men's Natural Physique Open Category
এপ্লিকেসন ফোমগীদমক মোবাইল নম্বরশিং অসিদা কন্টেক্ট তৌবীয়ু:
9774791824 / 9856460221 / 9612346332 / 9862038745. ●