



नेपाल सरकार  
युवा तथा खेलकूद मन्त्रालय

# राष्ट्रिय युवा परिषद्

सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल



राष्ट्रिय युवा परिषद्-नेपाल  
२०७२  
सानोठिमी, भक्तपुर

(शाखा)  
नमूना युवा संसद अभ्यास सम्बन्धी आठ दिवसीय

प.सं.  
च.नं.

केन्द्रीय प्रशिक्षक प्रशिक्षण प्राप्त रोष्टर प्रशिक्षकहरुको विवरण २०७७/७८

क्र.सं.	नामथर	ठेगाना	संपर्क नं	इमेल
१	लिल बहादुर वि.क.	अर्घाखाँची	9857066568	lila.argha@gmail.com
२	सुरेश कुमार रावत	दाङ	9857823867	sureshrawot@gmail.com
३	प्रकाशकुमार कार्की	रामेछाप	9851163166	gelupkarki@gmail.com
४	नवराज पथिक (घिमिरे)	रामेछाप	9854043017	nabarajpathik@gmail.com
५	रमेशचन्द्र घिमिरे	ललितपुर	9841362128	rcghimire1977@gmail.com
६	खगेन्द्र पोखरेल	उदयपुर	9852829555	khagendrapokharel@gmail.com
७	रामकुमार कार्की	उदयपुर	9843495282	sumitkarkee@gmail.com
८	अस्मिता भण्डारी	झापा	9851035451	newsmanchitra@gmail.com
९	विवश बुढायोकी	लमजुङ	9856045779	yatri.bibas@gmail.com
१०	सजिना थापा मगर	धादिङ	9851216826	sageenamagar5@gmail.com
११	मिलन लामा	सिन्धुपाल्चोक	9851222208	lamamilan11@gmail.com
१२	भुवन दाहाल	उदयपुर	9862964100	heartlybhuwan@gmail.com
१३	बालकृष्ण श्रेष्ठ	भक्तपुर	9851104172	kantipurintl@gmail.com
१४	रोजिना आचार्य क्षेत्री	कास्की	9813154511	rojinaacharya35@gmail.com
१५	सन्जीप न्यौपाने	काभ्रेपलाञ्चोक	9849750260	sanjeepneupane91@gmail.com
१६	मिथलेश यादव	सर्लाही	9851232105	leadermithlesh@gmail.com

*(Signature)*

"समृद्ध नेपालका लागि स्वस्थ, कर्मठ र उद्यमी युवा"

*(Signature)*

श्री पमख



नेपाल सरकार  
युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय

# राष्ट्रिय युवा परिषद्

सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल



प.स. :  
च.न. :

				शाखा)
१७	दिनेश कार्की	मकवानपुर	9851147809	karkid063@gmail.com
१८	गौरव पन्थ	तनहुँ	9846471248	panthagaurab@gmail.com
१९	प्रशान्तसागर शर्मा	दैलेख	9866505684	prashantasagar9866505684@gmail.com
२०	सरोज ढकाल	झापा	9840377326	sarojdhakal631@gmail.com
२१	दिपेश खड्का	भक्तपुर	9851197758	dipeshk93@gmail.com
२२	मो. साहिल अन्सारी	बाँके	9868211792	Sahilansari.npj@gmail.com
२३	नरेन्द्र रौले	बाजुरा	9851005756	naren.raule@gmail.com
२४	अनुप घिमिरे	ललितपुर	9841857515	anupghimire2012@gmail.com
२५	सरोज खनाल	रुपन्देही	9847106073	sarojkhanal6073@gmail.com
२६	विद्यापति ठाकुर	धनुषा	9812160966	bidyapati.4ruall@gmail.com
२७	रक्री प्रसाद साह	धनुषा	9812169118	rockyp2016sah@gmail.com
२८	रञ्जन पौडेल	काभ्रेपलाञ्चोक	9861829651	ranjanpaudel.raan@gmail.com
२९	अशोक खनाल	काभ्रेपलाञ्चोक	9851015230	khanalbabu2013@gmail.com
३०	सन्दीप वाल्मिकी	बाँके	9849153078	sandeep9849153078@gmail.com
३१	ललित ओझा	कैलाली	9858488460	liladhar.ojha999@gmail.com
३२	मिरा काफ्ले	रामेछाप	9843639407	mira.kafle@gmail.com
३३	ध्रुवप्रसाद कोइराला	सिन्धुली	9854031002	dpk041@gmail.com
३४	गंगा देवी नेउपाने	भक्तपुर	9841832211	ganganeupane388@gmail.com
३५	गोविन्द गिरी	बैतडी	9841599807	rochakemail@gmail.com
३६	भरत मल्ल	डडेलधुरा	9848826842	bharatmalla944@gmail.com

*(Handwritten signature)*





नेपाल सरकार  
युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय

# राष्ट्रिय युवा परिषद्

सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल



राष्ट्रिय युवा परिषद्-नेपाल  
२०७२  
सानोठिमी, भक्तपुर

प.स.  
च.न.

				शाखा)
३७	दिपेश विसुङ्गे	भक्तपुर	9849825048	dbisunke@gmail.com
३८	सरिता सापकोटा	बारा	9851218915	Sarita.shreesathi@gmail.com
३९	सरस्वती रिजाल (खड्का)	काठमाडौं	9851197811	dm.sarasawtikhadka@gmail.com
४०	लिशा नकर्मी	काठमाडौं	9851254005	nakarmi.lish7@gmail.com
४१	श्यामकाजी खत्री	रामेछाप	9851212139	shyamkajip@gmail.com
४२	मौसम कार्की (आकाश)	भक्तपुर	9851033420	karkia912@gmail.com
४३	धर्मेन्द्र प्रसाद सिंह	रौतहट	9855040941	dharmendra.san@gmail.com
४४	उमेशकुमार यादव	रौतहट	9851019118	ukyadav2009@gmail.com
४५	सीता सुवेदी	सुनसरी	9842066076	sitasubedig@gmail.com
४६	विवेक त्रिपाठी	कास्की	9856059961	tripathibibek49@gmail.com
४७	आरजु कार्की	तनहुँ	9804030060	mailtoaarju@gmail.com
४८	पवित्रा भुर्तेल	काभ्रे	9841509234	pabitrabhurtel@gmail.com
४९	धुवराज पौडेल	चितवन	9855052421	poudeldr111@gmail.com

२०७२/०५/१४

डा. वावुराम दुङ्गना  
प्रशासकीय प्रमुख

प्रशासकीय प्रमुख



नेपाल सरकार

युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय

# राष्ट्रिय युवा परिषद्

सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल

(..... शाखा)

राष्ट्रिय युवा परिषद्-नेपाल  
सानोठिमी, भक्तपुर



राष्ट्रिय युवा परिषद् नेपाल  
२०७२  
सानोठिमी, भक्तपुर

प.सं.:

च.नं.:

राष्ट्रिय युवा परिषद् बाट नमुना युवा संसद अभ्यास प्रशिक्षक  
प्रशिक्षण (TOT) लिएका प्रशिक्षकहरूको सुची

सि.नं.	नाम	ठेगाना	सम्पर्क नं.
१	मुकेश बुढा	अछाम	९८६०४६२१६८
२	शंकर वि.क.	अछाम	९८४८५९८६५१
३	यज्ञ बोगटी	आछाम	९८४९८४४८२९
४	नयन राई	इलाम	९८६७९९९९२३
५	अविनाश कार्की	ओखलढुङ्गा	९८६२६२९९०७
६	सम्पदा अधिकारी	ओखलढुङ्गा	९८६००३३५५१
७	केशव खड्का	कञ्चनपुर	९८०६४३१६९४
८	नरेश न्यौपाने	कन्चनपुर	९८४००५६३०८
९	निरञ्ज लामा	काठमाडौं	९८२१३१४५२८३
१०	नितिन पाण्डे	काठमाडौं	९८६४४७६३९४
११	निर्मला गौतम	काभ्रेपलाञ्चोक	९८४०१९६५५३
१२	कल्पना खनाल	काभ्रेपलाञ्चोक	९८४१६०६२३१
१३	मास बहादुर लामा	काभ्रेपलाञ्चोक	९८६१५८६४१३
१४	राजेश मैनाली	काभ्रेपलाञ्चोक	९८५११९९११८
१५	राजेश मैनाली	काभ्रेपलाञ्चोक	९८५११९९११८
१६	स्मृति बराल	कास्की	९८५६०५७४०१
१७	दिपा जोशि	कैलाली	९८६५८१८१४२
१८	भविश्य बस्नेत	कैलाली	९८६६१०९११७
१९	रवेन्द्र विक्रम शाह	कैलाली	९८६८४३४३३५
२०	युवराज जोशी	कैलाली	९८६७७२८१७२
२१	तिर्थराज आचार्य	खोटाङ	९८५११८१७०७
२२	कविता वन	खोटाङ	९८०३३७४८५८
२३	कमला ज्ञवाली	गुल्मी	९८४१७७७०७४

.....  
शर्मा





नेपाल सरकार  
युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय

# राष्ट्रिय युवा परिषद्

सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल

राष्ट्रिय युवा परिषद्-नेपाल  
२०७३  
सानोठिमी, भक्तपुर



(..... शाखा)

प.सं.:

च.नं.:

२४	सोनी भट्टराई	गोरखा	९८४३८०४९६४
२५	टिकाराम पौडेल	चितवन	९८४७५११९१२
२६	मानपी पौडेल	चितवन	९८६५१९४३०७
२७	रमाकान्त शर्मा	चितवन	९८५५०६४४५१
२८	आकृति निरौला	झापा	९८६२६७२०८८
२९	पारु चौलागांड	झापा	९८६३६२२४९१
३०	पुजा कडेल (खुशी)	झापा	९८१५९८९३८४
३१	प्रवेश बस्तकोटी	झापा	९८२५९०११७६
३२	टेलिना खनाल	झापा	९८४६८७०२८०
३३	मुना तिवारी	झापा	९८६१२०७१९४
३४	हेम कुमार पौडेल	झापा	९८१८५०३७६१
३५	गणेश कुमार खत्री	डोटी	९८६८७००५५२
३६	स्वस्तिका खत्री	डोटी	९८६२४७८३२२
३७	सुदिप खनाल	तेह्रथुम	९८४२४८३८३७
३८	सपना खनाल	तेह्रथुम	९८६२०४५१३७
३९	सन्दिप ढकाल	तेह्रथुम	९८४२१९२४२९
४०	शारदा रजौरे	दाङ	९८४१८५०८७६
४१	मनिपा कार्की	दैलेख	९८४४८१०५२३
४२	दिपेन्द्र अधिकारी	दैलेख	९८००५४१८८२
४३	विज्ञान राज कार्की	दैलेख	९८४४८१०५२५
४४	राजेन्द्र अधिकारी	दैलेख	९८४८११९२०२
४५	चन्द्रावती कोइराला	दोलखा	९८४९२२०२७८
४६	सुष्मा रेग्मी	दोलखा	९८६०२७८००३
४७	मुना घिमिरे	दोलखा	९८६९६८८००४
४८	सुदर्शन दाहाल	दोलखा	९८५११८९०४१
४९	कला राई	धनकुटा	९८४२२१९००३

.....  
.....





नेपाल सरकार  
युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय

# राष्ट्रिय युवा परिषद्

सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल



(..... शाखा)

प.सं.:

ब.नं.:

५०	रोशन कोइराला	धादिङ्ग	९८५१२१३२५०
५१	साकार कोइराला	धादिङ्ग	९८४३८७३९७७
५२	सविता थापा	पाल्पा	९८६९७८१८९६
५३	मो.इजहार शेष	नवलपरासी	९८६७०४४५९२
५४	रंजीत कुमार लोहार	नवलपरासी	९८५७०४६२४७
५५	सुहाना मिश्रा	पर्सा	९८०४२३००६२
५६	विकाश आचार्य	पश्चिम रूकुम	९८६४७२४६२४
५७	सनमाया रम्तेल	पाँचथर	९८५११३९६३२
५८	श्रीराम पोखरेल	पाल्पा	९८६०३०६४६६
५९	तुलशिराम न्यौपाने	प्युठान	९८५१२१०७१२
६०	शैलेन्द्र कुमार रोकाया	वझाङ्ग	९८४८४८१७७७
६१	सौगात बगाले	बर्दिया	९८६९९७९०९९
६२	लक्ष्मी क्षेत्रि के शी	बर्दिया	९८६८१५२२०७
६३	समीर अली बेहना	वाँके	९८१२४९२६४९
६४	सुमन धिताल	वाँके	९८५१०९९११०
६५	पुजा वैश्य	वाँके	९८४२६६९८२७
६६	प्रतिभा आचार्य	बाग्लुङ	९८४३४७२८६७
६७	प्रकाश शर्मा	बाग्लुङ	९८४६१९८८५७
६८	श्याम साह	वारा	९८१३२३७१९९
६९	हितेश भट्ट	वैतडी	९८६९७६२५४४
७०	खेम राज अवस्थी	वैतडी	९८६५७०१५२२
७१	तेज राज जोशी	वैतडी	९८६५८०८०८६
७२	देवराज अवस्थी	वैतडी	९८६८८६२४१६
७३	लक्ष्मी दत्त जोशी	वैतडी	९८४४४७९७१०
७४	शान्तिराम पौडेल	भक्तपुर	९८५११२५६१४
७५	मेनुका मट्टराइ	भक्तपुर	९८६०७९६२५१





नेपाल सरकार  
युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय

# राष्ट्रिय युवा परिषद्

सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल

(..... शाखा)



राष्ट्रिय युवा परिषद् नेपाल  
२०७२  
सानोठिमी, भक्तपुर

प.सं.:

ब.नं.:

७६	सुजित दुवाल	भक्तपुर	९८६१९२३८६८
७७	नवराज निरौला	भक्तपुर	९८४१८८३०४०
७८	अशोक पराजुली	भोजपुर	९८४१७७३७१५
७९	धिरेन्द्र राई	भोजपुर	९८४१००७४९४
८०	श्यामकुमार राई	भोजपुर	९८४२६३५२५५
८१	अभाष ठाकुर	महोत्तरी	९८४४०५४९२२
८२	आँचल कुमारी राय	महोत्तरी	९८४४३३०५४३
८३	आश्विका निरौला	मोरङ	९८६०३०२५५५
८४	कल्पना सापकोटा	म्याग्दी	९८४७७६२३८८
८५	सिर्जना परियार	रसुवा	९७४२४६०८४७
८६	सुजना पौडल	रामेछाप	९८६९०३२८२७
८७	एलिना कार्की	रामेछाप	९८६४००७२६८
८८	आविशकार पराजुली	रूपन्देही	९८६७३९७५५७
८९	हृदय राम गुप्ता	रूपन्देही	९८५७०४९३०१
९०	आयुशा कंडेल	रूपन्देही	९८५७०८४८८३
९१	सोनि घिमिरे	लमजुङ	९८६६०२२५८२
९२	नविन महर्जन	ललितपुर	९८४१३९७०८०
९३	खुलानाथ गौतम	संखुवासभा	९८४१४१५७४५
९४	गोपिना राइ	संखुवासभा	९८४५४७६४४५
९५	गोपाल प्रसाई	संखुवासभा	९८४७७९२७६७
९६	सन्ध्या लिडथेप	संखुवासभा	९८६०८७५४७१
९७	राजकुमारी खत्री	संखुवासभा	९८४५९०११४४
९८	सुप्रभाथ पलिया	सर्लाही	९८४३३८२६५७
९९	रञ्जना नेपाल	सर्लाही	९८६१८७६२२
१००	एञ्जल सारु मगर	सर्लाही	९८४३९९१४७३
१०१	टोपेन्द्र वली	सल्यान	९८६६९०५६९४

.....  
.....  
.....





नेपाल सरकार  
युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय  
**राष्ट्रिय युवा परिषद्**  
सानोठिमी, भक्तपुर, नेपाल



(..... शाखा)

प.सं.:

ब.नं.:

१०२	प्रकाश केशी	सल्यान	९८४९६५९३२०
१०३	युवराज खड्का	सल्यान	९८४४८४४७३१
१०४	पार्वति शर्मा	सिन्धुपाल्चोक	९८६००६८३१५
१०५	सुजाता सापकोटा	सिन्धुपाल्चोक	९८४५७४९४१७
१०६	अभिषेक तिवारी	सिन्धुपाल्चोक	९८५११९५०३६
१०७	विष्णु मिजार	सिन्धुपाल्चोक	९८६१५०५९०२
१०८	चेतना प्याकुरेल	सिन्धुली	९८००८०१९७५
१०९	राम रतन सिंह	सिराहा	९८१७७५५४४३
११०	मो. नइम राइम	सिराहा	९८२६७२२४८४
१११	भुपेन्द्र देवान (लिम्बु)	सुनसरी	९८१४३४५५००
११२	रोसन रेग्मी	सुनसरी	९८५२०५७१३०
११३	विमल आचार्य	सुनसरी	९८४२५०४६३५
११४	नन्दा बस्नेत	सुर्खेत	९८१३६८२३७६
११५	पुर्णिमा आचार्य	सुर्खेत	९८६२५८९२४३
११६	डण्डि केशर खनाल	सोलुखुम्बु	९८४२२४३०९०
११७	आशिष बास्तोला	सोलुखुम्बु	९८६०२१४१०७
११८	शिसिर काफ्ले	स्याङ्गजा	९८४६८४६२०६
११९	दान बहादुर रावत	हुम्ला	९८४८१५३८६३

*(Signature)*  
२०७२/१९५  
रमाकान्त शर्मा  
प्रशासकीय प्रमुख  
रमाकान्त शर्मा  
प्रशासकीय प्रमुख