

૯૯૪

- ૧ ॥ ડુલકી ડુલ (લુલેલ ડુલ) લેલલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૨ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૩ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૪ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૫ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૬ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૭ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૮ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૯ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૧૦ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૧૧ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૧૨ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૧૩ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૧૪ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?
- ૧૫ ॥ ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ડુલકી ?

ଝିଅ ଓ ଚାନ୍ଦିନୀଙ୍କ ଡେରଣିଆ

- ୧) ପ୍ରମାଣି ଘାଣ୍ଟିଆ ଲାଠିଦ୍ୱାରା ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ॥
- ୨) ଘାଣ୍ଟିଆଦ୍ୱାରା ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ॥

ପଠ

- ୧) ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ?
- ୨) ଚାନ୍ଦିନୀଦ୍ୱାରା ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ?
- ୩) ଘାଣ୍ଟିଆ-ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ?
- ୪) ଘାଣ୍ଟିଆ-ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ?
- ୫) ଚାନ୍ଦିନୀଦ୍ୱାରା ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ?
- ୬) ଘାଣ୍ଟିଆ-ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ?

* ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ଘାଣ୍ଟିଆ ॥

ଝିଅ-ଧୈ ମଢ଼ିଆ ଧୈଆଁ

ଡମିନିମିତ୍ତ ରଂସଂଧିକାଣି ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ଝିଅ-ଧୈ ଆନ୍ଧ୍ର ଗିଡ଼ିଓଡ଼ିଓଡ଼ିଆ ଚିତ୍ରଚିତ୍ର
ଆଣି ମଢ଼ିଆଣି ଆଣି ଗାଂଧିକାଣିଆଣି ଆଣି ଗାଂଧିକାଣି ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ମଢ଼ିଆଣି ମଢ଼ିଆ ଡ଼ିଆଣି ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ଝିଅ-ଧୈ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ଆଣି ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ଝିଅ-ଧୈ ଝିଅ-ଧୈ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ

ଗଡ଼ିଆ ଝିଅ:

ରଂସଂଧିକାଣି ଚିତ୍ର ଡମିନିମିତ୍ତ ଝିଅ-ଧୈ-ଧୈ-ଧୈ ଝିଅ-ଧୈ ଆଣି, ଗଡ଼ିଆ ଆଣି
ଡ଼ିଆଣି ଝିଅ-ଧୈ ଆଣି ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ଝିଅ-ଧୈ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ଗାଂଧିକାଣି ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ
ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ ମଢ଼ିଆ

ઢેઘ ઝે ભીલજમ ટેરુભીઘ

૧) ઘઘુમ ભટેરુભી ઢેઘ



ગુલુઘ ઢેઘ

૨) ઈઘઢેટે ભટેરુભી * ઢેઘ



મઘઢેઘ/મઘાઢેઘ

૩) ડુલુલ ભટેરુભી ઢેઘ



ઝેલુઘઘા

૪) ટુરુઘ ભટેરુભી ઢેઘ



ઝેલુઘમઠ

૫) ઝે-ઘુલઠ ભટેરુભી ઢેઘ



ટેરુઢેઘ મીલેટેરઠ

૬) ઠુરુઘેઘ ભટેરુભી ઢેઘ



રુલઠે ઠુરુઘા ભે

૭) ભેઘ ટેલેઘઢમ ભટેરુભી ઢેઘ

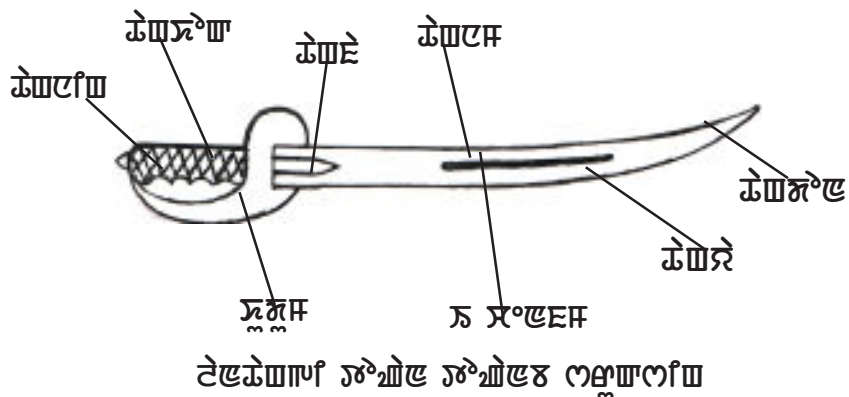


ડુલુઢેઘ ઢેઘ

ભટેરુ ઢેઘ ઠુરુઘભીઘ ઘભીલ ઠુરુઘા ભુઘલ ઝેઘાટી ઠુરુઘા રુઘઝેઘીઠાભી ઝેલ ટમઠમભીઠ ઢેઘ ઠુરુઘ ઠુરુઘે ભીલિલેલઘાટા ટેરુલેલ ઢેઘ ઝેઘા ઝેઘા-ઝેઘા ઠુરુઘમઠ (લેઘ) ઘઠ ટેલેઘાઠ ઠેરઠઠુલુ ઝુઘટી ॥

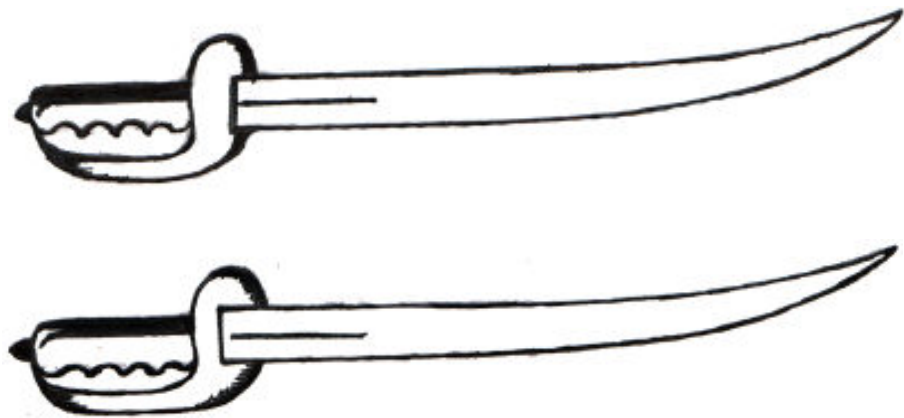
* ઠુરુઘ ભટેરુ ઈઘઢેટે ઠેરઘાભુ ઝેલે ઠેરઠુલ ઠુરુઘ ભટેરુભી ઢેઘ ઠેરુલેલુ રુઘઝેઘ

ଢେଘ ଓ ଲାଢ଼ିକାମ ତେରଣୀଘ



ଡେଘ ଓ ଢେଘ

ଢେଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ଢେଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ।। ଢେଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ।।



ଡେଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ଓ ଢେଘକୋଘ ଓ ଢେଘକୋଘ

උපකාරී සේවක නිලධාරීන් සේ සලකා බැලීමේ ක්‍රමලේඛය

- ෧) සේවකයා - සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෨) සේවකයා - සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෩) සේවකයා / සේවකයා - සේවක නිලධාරීන් සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෪) සේවකයා - සේවකයා, සේවකයා, සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෫) සේවකයා - සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෬) සේවකයා - සේවකයා, සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෭) සේවකයා - සේවකයා, සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෮) සේවකයා - සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- ෯) සේවකයා - සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- 10) සේවකයා - සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්
- 11) සේවකයා - සේවකයා සේවකයාගේ සේවක නිලධාරීන්

ଘଣ୍ଟିଆସା ଲେଖନୀଗାଁ ଧନ୍ୟବାଦୀଗାଁ ସମସ୍ତଲିଖିତ ଲିଖିତାପରାଧକ ଯେ ଲେଖନୀ
 ଯା :- ୧) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୨) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଘଣ୍ଟିଆସା ଲିଖିତ), ୩) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ)
 (ଲିଖିତ), ୪) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୫) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୬) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୭) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ)
 ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୮) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୯) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୧୦) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ)
 (ଘଣ୍ଟିଆସା), ୧୧) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଘଣ୍ଟିଆସା), ୧୨) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୧୩) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ)
 ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୧୪) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ), ୧୫) ଘଣ୍ଟିଆସା (ଲିଖିତ)

ଘଣ୍ଟି ସେ ଲେଖନୀ ଯାହା ଯେ ଲେଖା ଘଣ୍ଟିଆସା ଲିଖିତାପରାଧକ ଯେ ଲେଖନୀ ଘଣ୍ଟିଆସା :-



ଘଣ୍ଟିଆସା ଯେ ଘଣ୍ଟିଆସା ସେ ଲେଖନୀ ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା, ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା
 ଲିଖିତାପରାଧକ ଯେ ଲେଖନୀ ଘଣ୍ଟିଆସା ॥



ଘଣ୍ଟିଆସା ସେ ଘଣ୍ଟିଆସା ସେ ଲେଖନୀ ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା
 ॥ ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ଘଣ୍ଟିଆସା ॥

දෙව ව මාලිගම පෙරමා

රූම ඔසොත් රූමාම:

රූම

රූම ඔසොත් රූමාම මනුෂ්‍ය නමට මොහොතරාම පූරුණෙහි || මොහොත පෙරම
රූමට සමාන මනුෂ්‍ය || රූම මනුෂ්‍ය ව මනුෂ්‍ය මනුෂ්‍ය මනුෂ්‍ය පූරුණ ඔසොත් ||
රූමාම මනුෂ්‍ය ම ම පෙරම නම මොහොතරාම මාලිගම පූරුණ ඔසොත් ||

රූම මාලිගම මොහොත මාලිගම මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත
මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත



රූමාම මොහොත මොහොත

රූමාම:

රූමාම මනුෂ්‍ය නමට මොහොතරාම මොහොත මොහොත පූරුණ ඔසොත් || මාලිගම
මොහොත මොහොත, මොහොත මොහොත, මොහොත මොහොත මොහොත මොහොත



රූමාම

ମନୋରଥ ମାଧ୍ୟମରେ ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଗର୍ଭାବସ୍ଥା କ୍ଷେତ୍ର :

ସଂକଳ୍ପା- ଡାକ୍ତରୀର ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଡାକ୍ତରୀର ମନୋରଥ ।

୧୫ - ଡାକ୍ତରୀର ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଡାକ୍ତରୀର ମନୋରଥ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ।

ଉପଯୋଗୀରୂପେ - ଡାକ୍ତରୀର ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଡାକ୍ତରୀର ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଡାକ୍ତରୀର ଉପଯୋଗୀରୂପେ ।

୧୬- ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ।

ଉପଯୋଗୀ

୧ । ସଂକଳ୍ପା ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ?

୨ । ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ? ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ।

୩ । ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ? ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ?

୪ । ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ?

୫ । ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ?

୬ । ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ?

୭ । ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ? ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ଉପଯୋଗୀରୂପେ ?

ਫੇਰ ਤੇ ਗਿਣਨਾ ਟੇਰੀਆ

੯॥ ਟੈਂਕੀ ਫੇਰ ਆਈਓ ? ਆਈਓ ਆਈਓ ਆਈਓ ਗਿਣਿਓਲਾ ਆਈਓ ॥

੧॥ ਆਈਓ ਆਈਓ ਆਈਓ ਆਈਓ ?

੧੦॥ ਆਈਓ ਆਈਓ ਆਈਓ ਆਈਓ ?

ਫੇਰ ਤੇ ਲਿਖਣਾ ਟੇਰੀਆ

ਲੇਖੀਯ ਲੇਖੀਆ ਘਲੀ ਸਫ਼ਰ ਘਲੀ ਫੇਰਾਏ ਖੇਰੀਆਯਾ ਖੇਰੀਆ

੧) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

੨) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ (ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ
ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

੧) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

੨) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

੩) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

੪) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

੫) ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ ਖੇਰੀਆ

ಒಣಿಣಿ ಲೆಣಿ ಒಣಿಣಿಣಿ ಒಣಿಣಿಣಿಣಿ ಒಣಿಣಿಣಿಣಿಣಿ



೧



೨



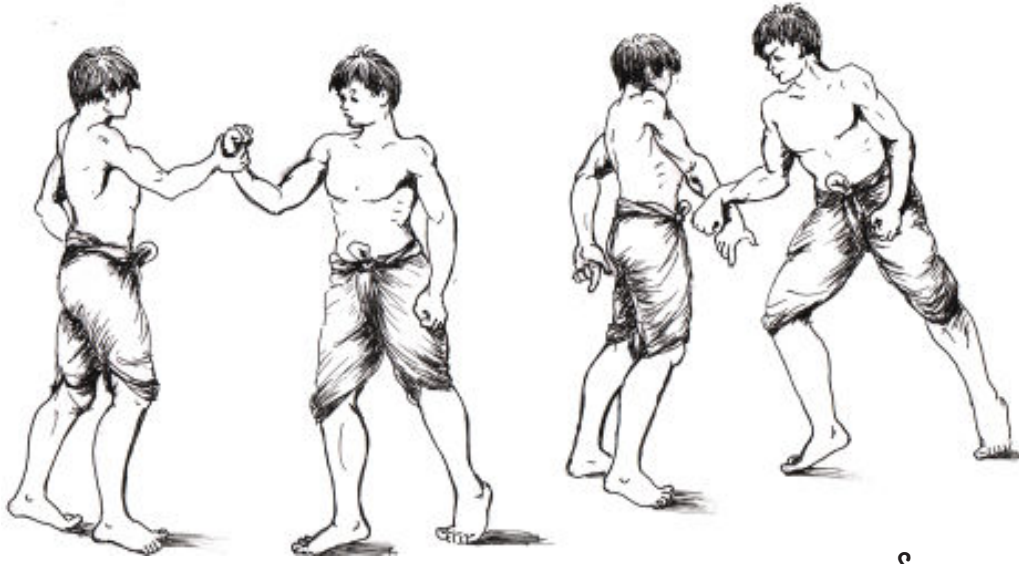
೩



೪

ਫੇਰਾ ਤੇ ਲਾਭਜਨਕ ਟੇਕਣੀਆਂ

ਸ਼ੁੱਠ ਏਕੀੜਾ ਏਲਫ਼ਾਥਾਏੜਾ ਟੀ



੯

੯



੧੦

ಬಹುಮಾನ ಸಾಧನಗಳಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸದ ವಿಧಾನ



೧



೨



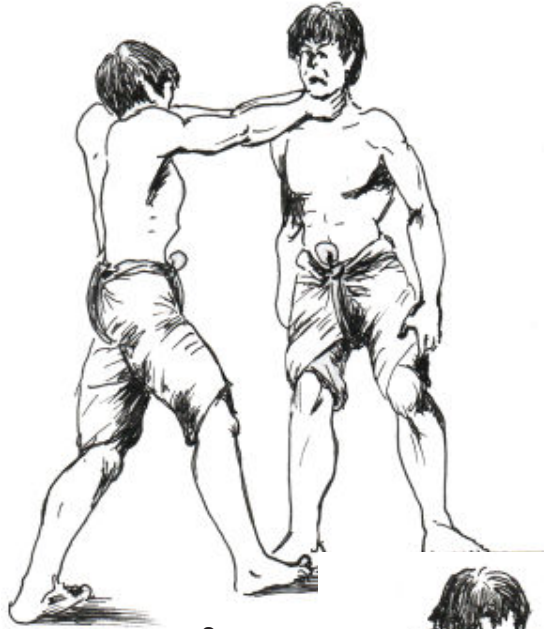
೩



೪

ଢେଉ ଓ ଚାଉଳମା ଡେଇଁବା

ଝାଁଣୀ ଯୁଦ୍ଧ ମଂଘରୀଠର ଉଠାଢ଼ାଠଠଠ



୧



୨

ಹೆಬ್ಬಾಳೆ ಹಿರಿಯರಾದ ಚಿಕ್ಕವರನ್ನು ತೋರಿಸಿ



೧



೨



೩

ଢ଼େ଼ ଓ ଚିତ୍ରାକ୍ଷୟ ଡ଼େ଼

କ୍ଷୟକ୍ରମେ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ :

ଢ଼େ଼ - ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ, ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ॥

ଗାନ୍ଧାରୀ - ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ॥

ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ - ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ॥

ଢ଼େ଼

୧॥ ଗାନ୍ଧାରୀ-ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ? ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ॥

୨॥ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ?

୩॥ ଗାନ୍ଧାରୀ-ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ?

୪॥ ଗାନ୍ଧାରୀ-ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ?

୫॥ ଗାନ୍ଧାରୀ-ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ଗାନ୍ଧାରୀ ॥

නිහඬු ක්‍රීඩාව:

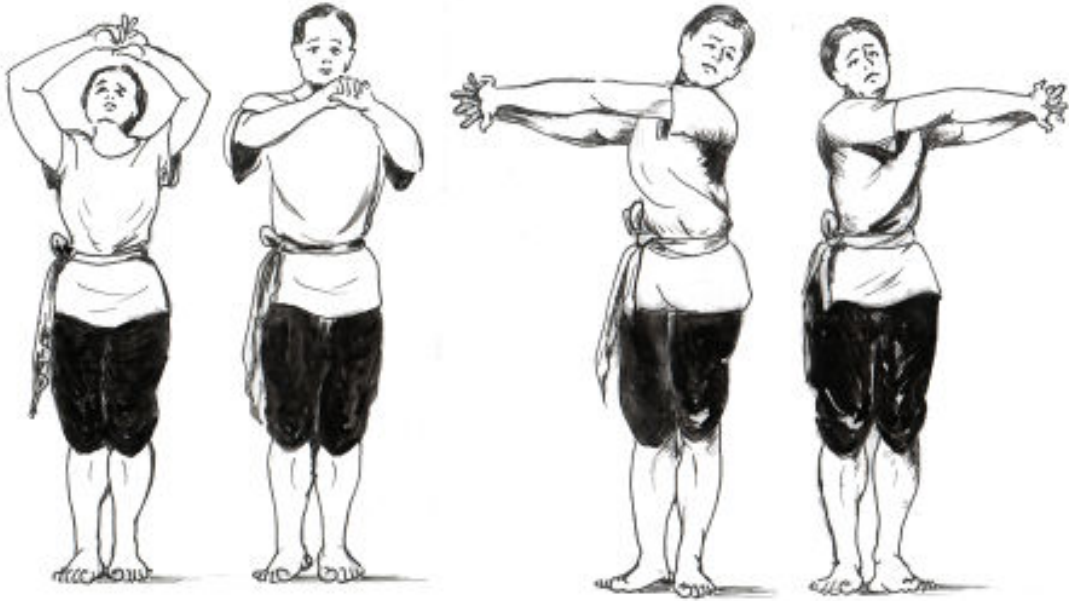
නිහඬු ක්‍රීඩාවේදී ලිපි ක්‍රීඩකයාගේ ශරීරයේ සියලුම කොටස් සම්බන්ධ කර ගනිමින් සිටිය යුතුය. ලිපි ක්‍රීඩකයාගේ ශරීරයේ සියලුම කොටස් සම්බන්ධ කර ගනිමින් සිටිය යුතුය.

නිහඬු ක්‍රීඩාවේදී ක්‍රීඩකයාගේ ශරීරයේ සියලුම කොටස් සම්බන්ධ කර ගනිමින් සිටිය යුතුය. ලිපි ක්‍රීඩකයාගේ ශරීරයේ සියලුම කොටස් සම්බන්ධ කර ගනිමින් සිටිය යුතුය.



නිහඬු ක්‍රීඩාව
(නිහඬු ක්‍රීඩාවේදී ක්‍රීඩකයාගේ ශරීරයේ සියලුම කොටස් සම්බන්ධ කර ගනිමින් සිටිය යුතුය.)

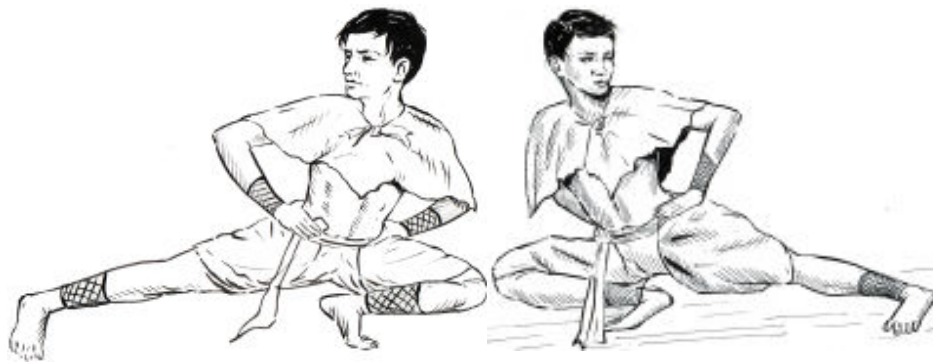
ଢେଞ୍ଚ ଓ ଲାଢ଼ିଆ ଡେଇଁବା



ଉପର ଓ ତଳେ ଛେଦନ କରି

ଲମ୍ବକାନ୍ତ ଛେଦନ ଲେଉଟ:

ଉପରୋକ୍ତ କ୍ରିୟା ଶାନ୍ତମାନେ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଉପର-ତଳେ ଲମ୍ବକାନ୍ତ ଛେଦନ ଲେଉଟାନ୍ତୁ ॥ କର୍ମ କେତେକ୍ କେତେକ୍ ଉପର-ତଳେ ଲେଉଟାନ୍ତୁ ॥



ଲମ୍ବକାନ୍ତ ଛେଦନ ଲେଉଟ

ଝେନ-ଝେନୀ ଲେଟିଏ ଛୋଟାଢ଼



ଫାଟିଗାମୀ ଲଂଚାଂଝି ଛୋଟାଢ଼ ଲେଟିଏ ଝଫେଫ ଝଝ



ଝଫେଫାଫୁଝି ଟିଝ

ଫେସ ଓ ଲାଞ୍ଜନମ ଡେରଣିଆ



ରଞ୍ଜନ ଫିଲ୍ଡିଂ ଯୁଦ୍ଧାୟୁଗା ଲେଟଂ

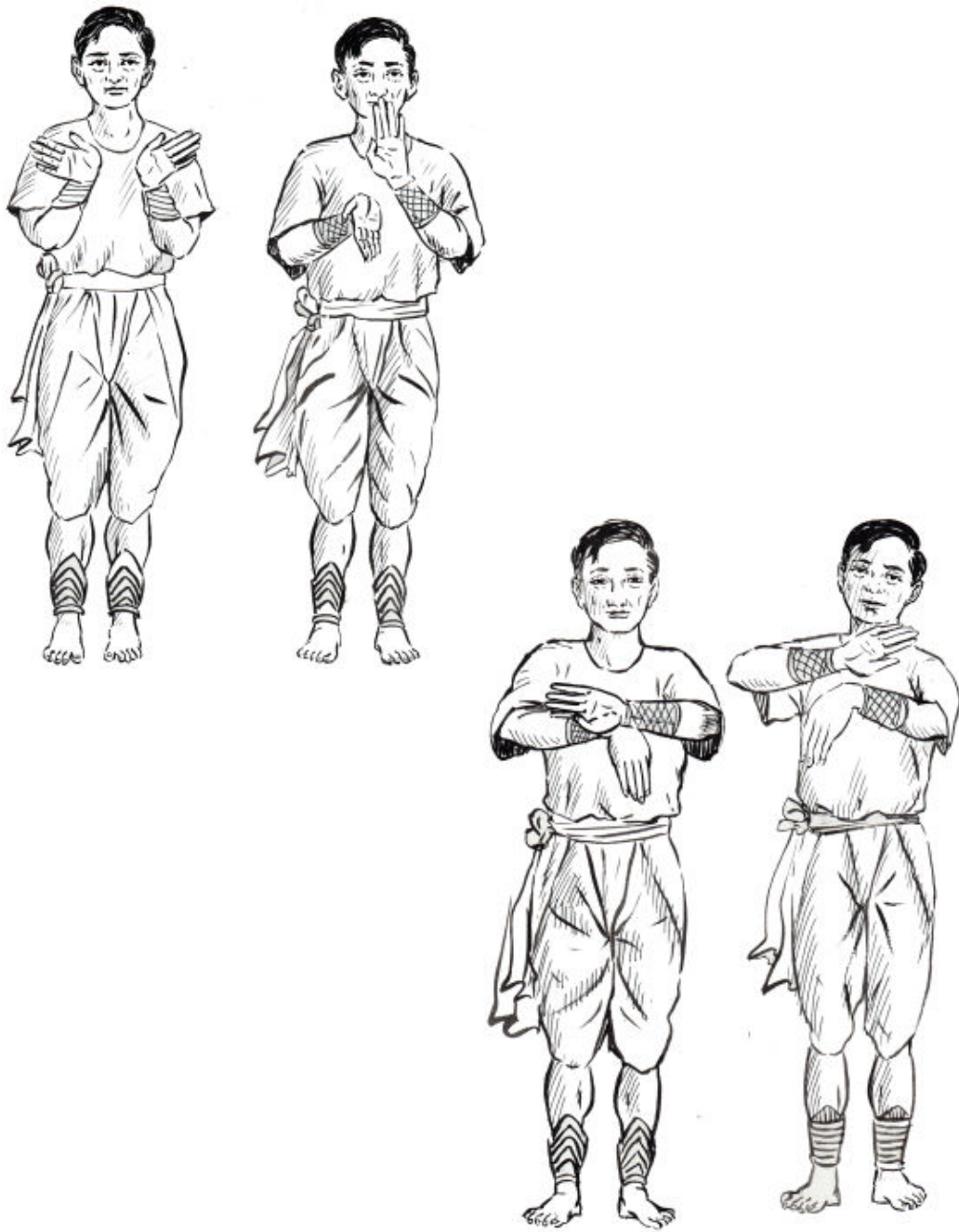
ଫେସିଆଲ୍ ପୋଜ :

ଫେସିଆଲ୍ ପୋଜ ହେଉଅଛି ଯେଉଁଠି ଶରୀରକୁ ଉପରକୁ ଡେଇଁ ଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ରଖାଯାଇଥାଏ । ଫେସିଆଲ୍ ପୋଜର ଲାଭ ହେଉଛି ଯେଉଁଠି ଶରୀରକୁ ଉପରକୁ ଡେଇଁ ଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ରଖାଯାଇଥାଏ ।



ଫେସିଆଲ୍ ପୋଜ

ଢେଉ ଓ ଲାଞ୍ଜନାମ ଡେରଣୀଆ

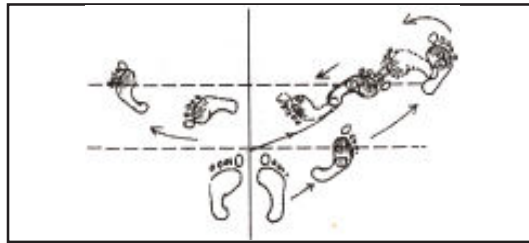


ସୁଟାଘ ଡେରଣୀ ଲେଞ୍ଜନାମ ଚାଁଘାଞ୍ଜନ ଛାଞ୍ଜନାମା

කෙසේ භවිෂ්ඨයන්ගේ ජීවිතය

ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ:

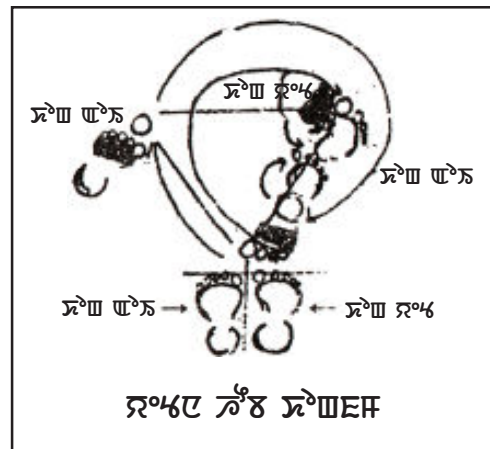
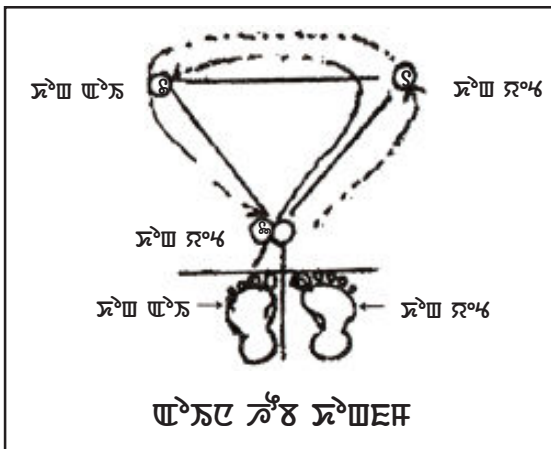
කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ



(කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ)

ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ:

ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ ජීවිතයේ සාරය කෙසේ වේ



ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ:

ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ ଉପାଦାନ ଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଚମଟାଳୀ ॥ ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ ଉପାଦାନ ଲେଖନୀ ॥ ଉପଯୁକ୍ତ ଚମଟାଳୀ ଲେଖନୀ ଉପାଦାନ ଉପଯୁକ୍ତ ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ ଲେଖନୀ:

- ୨। ଢ) ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ- ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା
- ୩) ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ- ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା
- ୪) ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ- ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା
- ୫। ଢ) ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ- ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା
- ୬) ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ- ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା, ଢେ଱ା

ଲେଖନୀ ଢେ଱ାଳୀ ଉପାଦାନ ଉପଯୁକ୍ତ ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ ॥ ଲେଖନୀ ଉପାଦାନ ଉପଯୁକ୍ତ ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ ଉପାଦାନ ଉପଯୁକ୍ତ ଢେ଱ାଳୀ ଲେଖନୀ ॥
