



प्रदेश लोक सेवा आयोग

कोशी प्रदेश, विराटनगर, नेपाल



वन रक्षक पदको लागि दरखास्त फाराम स्वीकृत हुने उम्मेदवारहरूको शारीरिक परीक्षण तथा तन्दुरुस्ती परीक्षा सम्बन्धी निर्देशन तथा परीक्षा तालिका

सूचना नं.:- २६०

मिति:- २०८०/१२/२९

यस आयोगको सूचना नं. २१०/०८०-८१ बमोजिम प्रदेश निजामती सेवा अन्तर्गत प्रदेश वन सेवा, जनरल फरेष्ट्री समूह, आधारभूत तह, वन रक्षक पदको विज्ञापन नं. १-८/२०८०-८१, खुला तथा समावेशी पदमा दरखास्त स्वीकृत भएका उम्मेदवारहरूको रोल नं. को क्रमानुसार शारीरिक परीक्षण तथा तन्दुरुस्ती परीक्षाको लागि देहाय बमोजिमको निर्देशन तथा मिति, समय र स्थान सहितको परीक्षा तालिका तोकिएको छ । उम्मेदवारले आफ्नो रोल नं. को क्रमानुसार पर्ने मिति, समय तथा तोकिएको स्थानमा तल उल्लेख गरिए बमोजिमका कागजात सहित तोकिएको समयभन्दा १ (एक) घण्टा अगाडि नै उपस्थित हुनु पर्नेछ । तोकिएको मिति, समय र स्थानमा आवश्यक कागजात सहित उपस्थित नहुने उम्मेदवारलाई परीक्षा कार्यक्रममा सहभागी गराइने छैन ।

आवश्यक कागजातहरू:

- ❖ उम्मेदवार स्वयंले नेपाल मेडिकल काउन्सिलबाट स्वीकृति प्राप्त चिकित्सक वा NMC Registered B Optimistic गर्ने स्वास्थ्यकर्मीबाट आँखा परीक्षण एवं रङ्ग पहिचान परीक्षण (Eye Test and Color Vision Test) गराई सो को प्रमाणपत्र (परीक्षण गरेको मिति ६ महिना ननाघेको हुनुपर्ने),
- ❖ नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्र वा नेपाल सरकारबाट जारी भएको फोटो सहितको कुनै सक्कलै परिचयपत्र,
- ❖ उम्मेदवारको Online Application बाट स्वीकृत भएको प्रवेशपत्र,
- ❖ हालसालै खिचेको पासपोर्ट साइजको फोटो १ वटा,
- ❖ उल्लिखित कागजात पेश भएपश्चातमात्र परीक्षा केन्द्रबाट उम्मेदवारलाई शारीरिक परीक्षण तथा तन्दुरुस्ती परीक्षा प्रवेशपत्र उपलब्ध गराइनेछ ।

उम्मेदवारको लागि निर्देशन तथा ध्यानाकर्षण:

१. आयोगबाट जारी गरिएको निर्देशनको पालना गर्नु सुपरीवेक्षक, विज्ञ, कर्मचारी, सुरक्षासँग सम्बन्धित कर्मचारी तथा उम्मेदवारहरू सबैको कर्तव्य हुनेछ ।
२. वन रक्षक पदको पाठ्यक्रममा उल्लेख भए अनुसारको शारीरिक परीक्षण (उचाइ, छाती, वजन, आँखा परीक्षण, Color Vision Test) मा तोकिएको मापदण्ड पुग्ने उम्मेदवारहरूले मात्र तन्दुरुस्ती परीक्षाको पहिलो चरणको २०० मि. दौडमा भाग लिन पाउनेछन् ।
३. पहिलो चरणको २०० मि. दौड तोकिएको समय भित्र पार गरिसक्ने उम्मेदवारहरूमात्र दोश्रो चरणको ३००० मि. दौडमा भाग लिन पाउनेछन् ।

४. दोश्रो चरणको ३००० मि. दौड तोकिएको समय भित्र पार गरिसक्ने उम्मेदवारहरूमात्र अर्को दिन हुने रुख चढ्ने परीक्षामा भाग लिन पाउनेछन्।
५. रुख चढ्ने परीक्षामा उत्तीर्ण हुने उम्मेदवारहरूमात्र पौडी खेल्ने परीक्षामा भाग लिन पाउनेछन्।
६. सबै प्रकारको शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षामा तोकिएको प्रत्येक चरणहरूमा छनौट हुँदै गई सबै चरणहरूमा सफल भएका उम्मेदवारहरूलाई मात्र द्वितीय चरणको लिखित परीक्षामा सम्मिलित गराइनेछ।
७. तन्दुरुस्ती परीक्षाको दौरानमा उम्मेदवार दुर्घटनामा परेमा वा कुनै पनि किसिमको भवितव्य हुन गएमा उम्मेदवार स्वयं जिम्मेवार हुनुपर्नेछ।
८. प्रयोगात्मक परीक्षा संचालन हुने परीक्षा केन्द्रमा उम्मेदवार स्वयंले नेपाल मेडिकल काउन्सिलबाट स्वीकृति प्राप्त चिकित्सक वा NMC Registered B Optimistic गर्ने स्वास्थ्यकर्मीबाट आँखा परीक्षण एवं रंग पहिचान परीक्षण (Eye Test and Color Vision Test) गराई सो को प्रमाणपत्र (परीक्षण गरेको मिति ६ महिना ननाघेको हुनुपर्ने), नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्र वा नेपाल सरकारबाट जारी भएको फोटो सहितको कुनै सक्लै परिचयपत्र, उम्मेदवारको स्वीकृत भएको प्रवेश पत्र, पासपोर्ट साइजको फोटो अनिवार्य रूपमा पेश गर्नु पर्नेछ। उक्त कागजात पेश भएपश्चातमात्र परीक्षा केन्द्रबाट उम्मेदवारलाई शारीरिक परीक्षण तथा तन्दुरुस्ती परीक्षा प्रवेश पत्र दिइनेछ।
९. अधिल्लो चरणको शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षामा छनौट भएका उम्मेदवारले अर्को चरणको परीक्षामा शारीरिक परीक्षा तथा तन्दुरुस्ती परीक्षा प्रवेश पत्र अनिवार्य रूपमा साथमा लैजानु पर्नेछ।
१०. परीक्षा कार्यक्रम तोकिएको दिन सार्वजनिक विदा पर्न गएमा पनि परीक्षा कार्यक्रम संचालन हुनेछ।
११. प्रत्येक चरणको परीक्षाको सुरुमै उम्मेदवारहरूले हाजिरी दस्तखत गर्नु पर्नेछ। उम्मेदवारको हाजिरी अनिवार्य छ।
१२. शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षामा तोकिएको मिति, समय र स्थानमा सम्बन्धित उम्मेदवार स्वयं उपस्थित हुनु पर्नेछ। तोकिएको मिति, समय र स्थानमा उपस्थित नहुने उम्मेदवारलाई पूनः परीक्षामा सहभागी गराइने छैन।
१३. दौडको मूल्याङ्कन दूरी पार गरेको समयको आधारमा गरिने भएकोले तोकिएको समय भित्र दूरी पार गर्ने उम्मेदवारलाई मात्र सफल उम्मेदवार मानिनेछ। सफल उम्मेदवारले तन्दुरुस्ती परीक्षण प्रवेशपत्रमा आफूले प्राप्त गरेको ग्रेड/नतिजा चढाई सम्बन्धित कर्मचारीको दस्तखत गराई रुजु गरी लिनु पर्नेछ। तत्काल रुजु नगरी अन्यथा भएमा आयोग जवाफदेही हुनेछैन। असफल उम्मेदवारहरूलाई उक्त प्रवेश पत्र फिर्ता दिइने छैन। सबै चरणका परीक्षामा सफल भएका उम्मेदवारहरूले शारीरिक परीक्षण तथा तन्दुरुस्ती परीक्षा प्रवेश पत्र परीक्षास्थलमा खटिएका कर्मचारीहरूलाई अनिवार्य बुझाउनुपर्ने छ।
१४. परीक्षाको दौरानमा कुनै विवाद उत्पन्न भएमा आयोगको तर्फबाट खटिएको केन्द्राध्यक्षको निर्णय नै अन्तिम निर्णय हुनेछ।
१५. रुख चढ्ने परीक्षामा सामेल हुने उम्मेदवारहरूलाई परीक्षा लिने स्थानमा उपलब्ध रुख/पोलहरूमा नम्बरिङ्ग गरी गोलाप्रथाबाट रुख छनोट गराइनेछ। गोलाप्रथाबाट छान्दा आफूलाई परेको नम्बरका आधारमा सोही नम्बरको रुखमा चढी तोकिएको उचाई पार गर्नुपर्नेछ।

१६. गोलाप्रथाबाट आफूले छानेको रुखबाट बनावटका कारण पहिलो प्रयासमा चढ्न नसकेमा अन्तिम पटकका लागि एक मौका दिई सोही परीक्षा स्थलमा उपलब्ध भएका रुखहरूमध्ये निजले रोजेको रुख चढ्न दिन सकिनेछ तर अन्य कुनै वहानामा एक पटक भन्दा बढी मौका दिइने छैन।
१७. रुखको उपलब्धता, उम्मेदवारहरूको संख्या आदिका कारण रुख चढ्ने स्थान एक वा एक भन्दा बढी स्थान हुन सक्नेछ।
१८. रुख चढ्न सफल उम्मेदवारहरूलाई मात्र पौडी खेल्ने परीक्षामा सामेल गराइनेछ।
१९. शारीरिक परीक्षण तथा तन्दुरुस्ती परीक्षामा सहभागी हुन आउँदा उम्मेदवार स्वयमलाई सहज हुने (खेल ड्रेस, ट्रायाकसुट, गन्जी/भेष्ट, जुत्ता, मोजा, हाफपेन्ट, स्वीमिड कस्ट्युम, रुमाल आदि) किसिमको पोशाक आफैले व्यवस्था गरी उपस्थित हुनुपर्ने छ। पौडी खेल्ने परीक्षामा स्वीमिड कस्ट्युम अनिवार्य भएकोले सो को व्यवस्था उम्मेदवार स्वयं आफैले गर्नुपर्नेछ।
२०. पौडी पोखरीमा उम्मेदवारहरू पानीमा एक लाइनमा उभिएर केन्द्राध्यक्षको निर्देशन अनुसार तोकिएको दूरी स्पष्ट रूपमा हात खुट्टाको चालले पौडी खेल्ने पार गर्नु पर्नेछ। कुनै वहानामा पौडिने परीक्षाका लागि अर्को मौका दिइने छैन।
२१. उम्मेदवारले परीक्षामा खटिएका कर्मचारीले दिएको निर्देशनको पूर्णपालना गरी प्रत्येक चरणको परीक्षामा आफ्नो पालो पर्खी सहभागी हुनु पर्नेछ।
२२. शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा हुने स्थानमा उम्मेदवार स्वयं बाहेक अन्य अभिभावक वा व्यक्तिलाई प्रवेश दिइने छैन।
२३. शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा हुने स्थानमा झोला, मोबाइल तथा अन्य बहुमूल्य सामान नल्याउनु होला। यदि कसैको केहि सामान हराएमा आयोग तथा कर्मचारीहरू जिम्मेवार हुने छैनन्।
२४. शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको कुनै चरणको तस्विर खिचन, भिडियो रेकर्डिङ गर्ने जस्ता कार्य पूर्णरूपमा निषेध गरिएको छ। यदि कुनै उम्मेदवारले सो कार्य गरेको पाइएमा सामान जफत गरी निजको उक्त परीक्षा रद्द गरी प्रचलित कानून बमोजिम कारवाही गरिनेछ।
२५. शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको सबै चरणहरू उत्तीर्ण गरेका उम्मेदवारहरूको नामावली तथा लिखित परीक्षाको तालिका आयोगको वेवसाइटमार्फत प्रकाशन गरिनेछ।

शारीरिक परीक्षण र तन्दुरुस्ती परीक्षाको मापदण्ड तथा मूल्याङ्कन विधि

(क) शारीरिक परीक्षण

सि.नं.	विवरण	पुरुष (न्यूनतम)	महिला (न्यूनतम)
१	उचाई	५ फिट २ इन्च (५'२")	५ फिट (५'-०")
२	छाती	३१-३३ इन्च (३१"-३३")	-
३	वजन	५० के.जी.	४२ के.जी.
४	आँखा परीक्षण	+२ देखि -२ भन्दा कमजोर नभएको	+२ देखि -२ भन्दा कमजोर नभएको
५	Color Vision Test	रंग पहिचान सम्बन्धी दोष नभएको	रंग पहिचान सम्बन्धी दोष नभएको

(ख) तन्दुरुस्ती परीक्षा

सि.नं.	परीक्षाका इभेन्टहरू	पूर्णाङ्क	कैफियत
१	२०० मिटर दौड	२०	यस परीक्षाका इभेन्टहरू शुरु गर्दा सि.नं. १ देखि क्रमशः ४ सम्म गर्नु पर्नेछ। सि.नं.१ अर्थात अगाडिको इभेन्टमा असफल हुने उम्मेदवारहरू त्यसपछिको इभेन्टमा सहभागी हुन पाउने छैन।
२	३००० मिटर दौड	२०	
३	रुख चढ्ने	५	
४	पौडी	५	

तन्दुरुस्ती परीक्षाको मूल्याङ्कन विधि

(१) २०० मि. दौड

पुरुष		महिला	
विवरण	अंक	विवरण	अंक
२८ सेकेन्ड सम्म	२०	३४ सेकेन्ड सम्म	२०
२८.१ सेकेन्ड देखि ३२ सेकेन्ड सम्म	१५	३४.१ सेकेन्ड देखि ३८ सेकेन्ड सम्म	१५
३२.१ सेकेन्ड देखि ३६ सेकेन्ड सम्म	१०	३८.१ सेकेन्ड देखि ४२ सेकेन्ड सम्म	१०
३६.१ सेकेन्ड वा सो भन्दा बढी	असफल	४२.१ सेकेन्ड वा सो भन्दा बढी	असफल

(२) ३००० मि. दौड

पुरुष		महिला	
विवरण	अंक	विवरण	अंक
१२ मिनेट सम्म	२०	१४ मिनेट सम्म	२०
१२.१ मिनेट देखि १४ मिनेट सम्म	१५	१४.१ मिनेट देखि १६ मिनेट सम्म	१५
१४.१ मिनेट देखि १६ मिनेट सम्म	१०	१६.१ मिनेट देखि १८ मिनेट सम्म	१०
१६.१ मिनेट भन्दा बढी	असफल	१८.१ मिनेट भन्दा बढी	असफल

(३) रुख चढ्ने

पुरुष		महिला	
विवरण	अंक	विवरण	अंक
७ मि. सम्म रुख चढ्ने	५	५ मि. सम्म रुख चढ्ने	५
७ मि. सम्मरुख चढ्न नसक्ने	असफल	५ मि.सम्मरुख चढ्न नसक्ने	असफल

(४) पौडी खेल्ने

पुरुष		महिला	
विवरण	अंक	विवरण	अंक
४.५ मि.सम्म दुरि पौडि खेली तर्ने	५	३.५मि.सम्म दुरि पौडि खेली तर्ने	५
४.५ मि.सम्म पौडि खेल्न नसक्ने	असफल	३.५ मि.सम्म पौडि खेल्न नसक्ने	असफल

परीक्षा तालिका तथा परीक्षा केन्द्र

क) रोल नं. १ देखि १४४०० सम्मका उम्मेदवारहरूको शारीरिक परीक्षण, २०० मिटर दौड, ३००० मिटर दौड, रुख चढ्ने र पौडी सम्बन्धी सम्पूर्ण परीक्षाहरू सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल नं. १, बराह बाहीनी मुख्यालय, पकली सुनसरीमा देहाय बमोजिमको मिति र समयमा सञ्चालन हुनेछः-

रोल नं.		परीक्षार्थी संख्या	शारीरिक परीक्षण र दौड (२०० मि. र ३००० मि.)		रुख चढ्ने		पौडी	
देखि	सम्म		मिति	समय	मिति	समय	मिति	समय
१	२००	२००	२०८१/०१/१६	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/१७	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/१७	दिनको १२:०० बजे
२०१	४००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
४०१	६००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
६०१	८००	२००	२०८१/०१/१७	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/१८	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/१८	दिनको १२:०० बजे
८०१	१०००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
१००१	१२००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१२०१	१४००	२००	२०८१/०१/१८	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/१९	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/१९	दिनको १२:०० बजे
१४०१	१६००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
१६०१	१८००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१८०१	२०००	२००	२०८१/०१/१९	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२०	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२०	दिनको १२:०० बजे
२००१	२२००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
२२०१	२४००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
२४०१	२६००	२००	२०८१/०१/२०	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२१	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२१	दिनको १२:०० बजे
२६०१	२८००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
२८०१	३०००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
३००१	३२००	२००	२०८१/०१/२१	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२२	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२२	दिनको १२:०० बजे
३२०१	३४००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
३४०१	३६००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
३६०१	३८००	२००	२०८१/०१/२२	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२३	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२३	दिनको १२:०० बजे
३८०१	४०००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
४००१	४२००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
४२०१	४४००	२००	२०८१/०१/२३	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२४	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२४	दिनको १२:०० बजे
४४०१	४६००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
४६०१	४८००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
४८०१	५०००	२००	२०८१/०१/२४	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२५	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२५	दिनको १२:०० बजे
५००१	५२००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
५२०१	५४००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
५४०१	५६००	२००	२०८१/०१/२५	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२६	विहान ७:०० बजे	२०८१/०१/२६	दिनको १२:०० बजे
५६०१	५८००	२००		विहान ११:०० बजे		विहान ९:०० बजे		दिनको २:०० बजे
५८०१	६०००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे

रोल नं.		परीक्षार्थी संख्या	शारीरिक परीक्षण र दौड (२०० मि. र ३००० मि.)		रुख चढ्ने		पौडी	
देखि	सम्म		मिति	समय	मिति	समय	मिति	समय
१२६०१	१२८००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१२८०१	१३०००	२००	२०८१/०२/०६	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०७	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०७	दिनको २:०० बजे
१३००१	१३२००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१३२०१	१३४००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१३४०१	१३६००	२००	२०८१/०२/०७	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०८	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०८	दिनको २:०० बजे
१३६०१	१३८००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१३८०१	१४०००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१४००१	१४२००	२००	२०८१/०२/०८	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०९	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०९	दिनको २:०० बजे
१४२०१	१४४००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे

ख) रोल नं. १४४०१ देखि बाँकी सबै उम्मेदवारहरुको शारीरिक परीक्षण, २०० मिटर दौड, ३००० मिटर दौड, रुख चढ्ने परीक्षा कोशी प्रदेश प्रहरी तालिम केन्द्र, विराटनगर, मोरङमा र पौडी परीक्षा न्यू एभरेष्ट कलेज, विराटनगर (कृषि

भवन पश्चिम)* को स्विमिड पुलमा देहायको मिति र समयमा सञ्चालन हुनेछ:-

रोल नं.		परीक्षार्थी संख्या	शारीरिक परीक्षण र दौड (२०० मि. र ३००० मि.)		रुख चढ्ने		पौडी	
देखि	सम्म		मिति	समय	मिति	समय	मिति	समय
१४४०१	१४६००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१४६०१	१४८००	२००	२०८१/०१/२७	विहान ११:०० बजे	२०८१/०१/२८	विहान ९:०० बजे	२०८१/०१/२८	दिनको २:०० बजे
१४८०१	१५०००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१५००१	१५२००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१५२०१	१५४००	२००	२०८१/०१/२८	विहान ११:०० बजे	२०८१/०१/२९	विहान ९:०० बजे	२०८१/०१/२९	दिनको २:०० बजे
१५४०१	१५६००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१५६०१	१५८००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१५८०१	१६०००	२००	२०८१/०१/२९	विहान ११:०० बजे	२०८१/०१/३०	विहान ९:०० बजे	२०८१/०१/३०	दिनको २:०० बजे
१६००१	१६२००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१६२०१	१६४००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१६४०१	१६६००	२००	२०८१/०१/३०	विहान ११:०० बजे	२०८१/०१/३१	विहान ९:०० बजे	२०८१/०१/३१	दिनको २:०० बजे
१६६०१	१६८००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१६८०१	१७०००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१७००१	१७२००	२००	२०८१/०१/३१	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०१	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०१	दिनको २:०० बजे
१७२०१	१७४००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे

रोल नं.		परीक्षार्थी संख्या	शारीरिक परीक्षण र दौड (२०० मि. र ३००० मि.)		रुख चढ्ने		पौडी	
देखि	सम्म		मिति	समय	मिति	समय	मिति	समय
१७४०१	१७६००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१७६०१	१७८००	२००	२०८१/०२/०१	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०२	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०२	दिनको २:०० बजे
१७८०१	१८०००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१८००१	१८२००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१८२०१	१८४००	२००	२०८१/०२/०२	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०३	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०३	दिनको २:०० बजे
१८४०१	१८६००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१८६०१	१८८००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१८८०१	१९०००	२००	२०८१/०२/०३	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०४	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०४	दिनको २:०० बजे
१९००१	१९२००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१९२०१	१९४००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
१९४०१	१९६००	२००	२०८१/०२/०४	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०५	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०५	दिनको २:०० बजे
१९६०१	१९८००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
१९८०१	२००००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
२०००१	२०२००	२००	२०८१/०२/०५	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०६	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०६	दिनको २:०० बजे
२०२०१	२०४००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
२०४०१	२०६००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
२०६०१	२०८००	२००	२०८१/०२/०६	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०७	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०७	दिनको २:०० बजे
२०८०१	२१०००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
२१००१	२१२००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
२१२०१	२१४००	२००	२०८१/०२/०७	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०८	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०८	दिनको २:०० बजे
२१४०१	२१६००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
२१६०१	२१८००	२००		विहान ७:०० बजे		विहान ७:०० बजे		दिनको १२:०० बजे
२१८०१	२२०००	२००	२०८१/०२/०८	विहान ११:०० बजे	२०८१/०२/०९	विहान ९:०० बजे	२०८१/०२/०९	दिनको २:०० बजे
२२००१	२२२००	२००		दिनको ३:०० बजे		विहान ११:०० बजे		दिनको ४:०० बजे
२२२०१ देखि बाँकी सबै			२०८१/०२/०९	विहान ७:०० बजे	२०८१/०२/१०	विहान ७:०० बजे	२०८१/०२/१०	दिनको १२:०० बजे

नोट:- रोल नं. १४४०१ देखि माथिका उम्मेदवारको पौडीको परीक्षा स्थल २०८१/०१/१७ गते संशोधन गरिएको ।

केदारनाथ रिजाल
अधिकृत सातौ

प्रकाश गुरुङ्ग
उपसचिव