



༡༡། འདེམ་ཁྲིམ་ལྟུང་ལྟུང་གཞུག་ལག་སྒྲིལ་གཉེར་ཁང་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་སྒྲིལ་གྲུབ་འབྲས།

ཐོན་རྒྱུ་ལོ་༡༩༩༧ ནང་བྱེ་ལོ་2010

སྤྱི་ཤུམ་ལོ་དེའི་མ་གཉིས་པ།

གཞུང་ཆེན་སོ་སོའི་རྒྱ་བའི་ཐོབ་ཆ།				གཞུང་ཆེན་སོ་སོའི་རྒྱལ་སྒྲིལ་བརྒྱ་ཆ།								
				དབུ་མ།༡	པར་བྱེ།༡	དབུ་མ།༢	པར་བྱེ།༢	ཆད་མ།	བསྒྲིལ་མ།	སྤྱི་ཐོབ་བསྒྲིལ་མ།	ཁྲིམ་བསྒྲིལ་མ།	གནས་ཤིང་མ།
ཨང་།	རྒྱ་མཚན།	གྲུ་ཆད་།	མཚན།	40	40	40	40	40	200	200	400	
49	1074	སྒོ་སྒྲིང་།	འཕྲིན་ལྷན་པུ་ཤིལ་།	36.16	36.28	34.20	36.85	36.92	180.41	180.66	361.07	
41	1094	སེར་བྱེས།	ཡུ་མ་དང་རྒྱལ།	36.35	38.16	33.26	38.80	35.70	182.27	177.34	359.61	
31	1087	སྒོ་སྒྲིང་།	བསོད་ནམས་སྒོ་སྒྲིང་།	34.00	37.53	31.30	34.95	37.97	175.75	176.40	352.15	
19	1120	དགའ་ལེན།	སྒོ་བཟང་དངོས་གྲུབ།	34.30	35.25	33.36	36.00	37.17	176.08	173.33	349.41	
39	1091	སེར་བྱེས།	ཆོག་མཁན་གཉིས་དངོས་གྲུབ།	34.35	36.26	31.80	36.86	34.35	173.62	173.45	347.07	
16	1092	སེར་བྱེས།	སྒོ་བཟང་དབང་གྲུབ།	32.40	36.20	30.56	36.50	34.80	170.46	175.73	346.19	
2	1078	སྒོ་སྒྲིང་།	ཐུབ་བསྟན་འབྲུང་གནས།	30.20	37.00	36.90	34.15	36.30	174.55	170.96	345.51	
21	1085	སྒོ་སྒྲིང་།	དགོན་མཆོག་རྒྱ་མཚོ།	34.00	35.07	30.80	32.53	36.78	169.18	173.34	342.52	
17	1090	སེར་བྱེས།	དགའ་དབང་བསྟན་འཛིན།	36.40	31.39	30.76	36.57	36.15	171.27	170.47	341.74	
5	1119	དགའ་ལེན།	སྒོ་བཟང་དགེ་འདུན།	35.50	37.04	34.60	35.00	35.85	177.99	162.85	340.84	
56	1106	སྒོ་མང་།	འཛིན་པུ་ཤིལ་ཐུབ་བསྟན་འཛིན།	34.80	35.34	31.60	36.45	32.80	170.99	169.61	340.60	
18	995	སེར་སྒྲིང་།	བསོད་ནམས་མགོན་པོ།	33.30	36.35	31.70	35.22	31.70	168.27	171.82	340.09	
1	1101	སེར་བྱེས།	བྱམས་པ་རབ་བརྟན།	35.86	37.65	35.90	35.25	34.90	179.56	159.68	339.24	
38	1019	སེར་བྱེས།	ནམ་མཁའ་ལོ་རྒྱུ།	34.95	32.92	33.30	35.70	32.05	168.92	169.02	337.94	
23	1096	སེར་བྱེས།	ཀུན་དགའ་ཕུན་ཆོག་མ།	33.30	32.78	30.75	35.15	33.45	165.43	171.26	336.69	
44	990	སེར་སྒྲིང་།	བྱམས་པ་ཀུན་མཁྱེན།	33.00	37.85	30.00	33.55	32.90	167.30	167.15	334.45	
57	1131	དགའ་བྲང་།	སྒོ་བཟང་སངས་རྒྱལ།	23.75	37.46	33.00	34.55	34.95	163.71	170.11	333.82	
29	1147	བཀྲ་ཤིན་ལྷན་པུ་ཤིལ་།	དགའ་དབང་བཟོད་པ།	35.60	36.36	32.80	33.55	32.45	170.76	162.85	333.61	
50	1110	སྒོ་མང་།	འཛིན་པུ་ཤིལ་རྒྱ་མཚོ།	34.20	34.57	30.60	33.70	32.25	165.32	166.28	331.60	
14	1129	དགའ་བྲང་།	སྐལ་བཟང་ཆེ་ཤིང་།	32.50	30.08	31.50	34.70	35.80	164.58	165.10	329.68	

11	1132	དགའ་བྱང་།	བསྟན་འཛིན་འགྲུར་མེད།	36.56	33.72	30.20	34.05	35.95	170.48	158.16	328.64	
9	1109	སྒོ་མང་།	ཆེ་རིང་དོན་གྲུབ།	27.45	34.96	30.80	34.50	35.10	162.81	164.66	327.47	
28	1098	སེར་བྲེས།	བྱམས་པ་བརྟན་དར།	35.80	36.56	30.00	32.54	32.75	167.65	159.15	326.80	
10	898	སེར་བྲེས།	སྒོ་བཟང་བྱམས་པ།	31.45	35.23	33.50	32.55	33.65	166.38	159.71	326.09	
24	1116	སྒོ་མང་།	ཤེས་རབ་ཚུལ་ཁྲིམས།	31.10	34.96	31.78	36.70	31.40	165.94	159.55	325.49	
42	1028	སེར་བྲེས།	དཔལ་ལྷན་འོད་ཟེར།	33.60	35.94	29.90	32.60	32.80	164.84	160.10	324.94	
37	1015	དགའ་བྱང་།	སྒོ་བཟང་རབ་འབྱོར།	33.95	34.97	33.00	34.10	32.80	168.82	154.48	323.30	
47	1123	དགའ་བྱང་།	ཆེ་རིང་བཟའ་ཤིས།	33.90	30.75	27.00	31.35	35.47	158.47	164.82	323.29	
52	1138	སེར་སྒྲད།	སྒོ་བཟང་ཆོས་འཕེལ།	28.90	32.97	30.80	33.82	35.51	162.00	160.89	322.89	
34	1016	སེར་བྲེས།	ཆེ་རིང་རྟོ་རྩེ།	35.45	33.05	33.30	35.40	34.70	171.90	150.83	322.73	
53	1084	སྒོ་སྒྲིང་།	ཕུན་ཚོགས་ཆོས་གྲགས།	25.40	35.53	30.70	31.05	34.06	156.74	165.14	321.88	
32	997	སེར་སྒྲད།	ཆོས་འཛིན་མཐར་ཕྱིན།	29.70	34.99	31.70	36.05	35.30	167.74	152.74	320.48	
3	1099	སེར་བྲེས།	རིན་ཆེན་དབང་རྒྱལ།	33.70	36.71	32.40	33.42	31.10	167.33	152.82	320.15	
4	1108	སྒོ་མང་།	སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས།	33.35	36.64	30.10	33.93	31.15	165.17	153.74	318.91	
13	1083	སྒོ་སྒྲིང་།	དག་དབང་སྟོན་ལམ།	28.90	36.13	30.60	34.60	33.95	164.18	154.39	318.57	
30	1140	སེར་སྒྲད།	ཐུབ་བསྟན་རྟོ་རྩེ།	33.00	29.90	31.00	34.00	33.70	161.60	156.78	318.38	
6	1135	དགའ་བྱང་།	སྒོ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས།	33.70	36.66	29.90	34.44	31.60	166.30	150.95	317.25	
55	1093	སེར་བྲེས།	སྒོ་བཟང་ཆེ་རིང་།	32.10	34.02	31.60	34.68	30.70	163.10	154.14	317.24	
36	1026	སེར་བྲེས།	སྒོ་བཟང་བཟོད་པ།	34.20	35.83	31.45	33.20	30.25	164.93	152.20	317.13	
33	1088	སེར་བྲེས།	བསྟན་འཛིན་ཉི་མ།	30.20	33.80	31.20	32.54	32.40	160.14	153.15	313.29	
22	1133	དགའ་བྱང་།	བསྐྱ་ཕུན་ཚོགས།	32.00	34.20	27.70	30.20	35.65	159.75	152.48	312.23	
54	1111	སྒོ་མང་།	དགོན་མཆོག་ཚུལ་ཁྲིམས།	29.10	34.96	30.40	34.05	34.20	162.71	148.60	311.31	
40	1124	དགའ་བྱང་།	དཔལ་ལྷན་གྱ་མཆོ།	29.90	32.91	27.75	31.30	34.70	156.56	153.24	309.80	
27	996	སེར་སྒྲད།	སྒོ་བཟང་རྒྱ་གྲགས།	29.15	25.68	31.60	34.43	30.90	151.76	156.93	308.69	
26	1114	སྒོ་མང་།	དགེ་འདུན་རབ་རྒྱས།	28.20	31.70	32.10	34.25	32.05	158.30	150.24	308.54	
51	1112	སྒོ་མང་།	དག་དབང་བསྟན་འཛིན།	29.20	30.75	27.00	31.35	29.70	148.00	160.20	308.20	
20	1127	དགའ་བྱང་།	སྤུལ་སྤྱོད་བསྟན་འཛིན་རྣམས་གྲོལ།	29.80	31.98	28.70	29.95	31.80	152.23	154.08	306.31	
25	1095	སེར་བྲེས།	ཡེ་ཤེས་རིན་ཆེན།	33.25	34.02	27.90	31.19	30.15	156.51	147.59	304.10	

45	1113	སྒོ་མང་།	མཁུན་རབ་ཚུལ་འཕེལ།	26.00	30.56	31.45	32.75	29.80	150.56	153.17	303.73	
43	990	སེར་བྱེས།	འངས་དཔལ་རྒྱ་མཚོ།	33.45	31.10	27.70	31.05	28.10	151.40	151.42	302.82	
46	1141	སེར་སྒྲ།	བྱམས་པ་འཛིག་མེད།	32.20	30.70	30.80	31.15	30.25	155.10	147.43	302.53	
12	935	སྒོ་མང་།	བསྟན་འཛིན་དོན་གྲུབ།	30.80	32.61	29.50	31.05	30.80	154.76	147.72	302.48	
15	1121	དགའ་བྱང་།	སྒོ་བཟང་ཆེ་བ།	28.75	34.57	29.20	32.44	31.70	156.66	145.41	302.07	
8	1064	སྒོ་མང་།	དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན།	28.50	30.40	29.70	31.60	32.95	153.15	147.17	300.32	
7	1089	སེར་བྱེས།	བསྟན་འཛིན་མཁུན་བཅེ།	25.80	27.95	29.60	30.60	30.50	144.45	148.83	293.28	
48	940	སྒོ་མང་།	སྒོ་གྲོས་སྤྱན་བ།	32.86	30.33	26.80	31.95	28.55	150.49	141.09	291.58	
35	1125	དགའ་བྱང་།	ཉི་མ་ཆེ་རིང་།	32.05	29.22	29.10	29.50	31.25	151.12	139.68	290.80	