

پاسکیلسواری_بِه_مووانه، پاراستنی ژینگه، پاراستنی تندروستی

بِه_مووانه ری کخراوی پاسکیلسواری ئاشتی ACO

کخراوی پاسکیلسواری ئاشتی ACO به به کولتوورکردنی پاسکیلسواری له نه وه موو که مانی خهک چالاکی دهکات .
کخراوهکه مان له سه پرستی ژینگه و تندروستی که مانی گاکار دهکات و په وایه که به پرپرپه دانی کولتووری پاسکیلسواری ژیا نی هه ر تاکه که له م که مانی گایه له باری "تندروستی جهست و دروون و ههروهه ژینگه یه کی پاک و به گهرده" مسه گهر دهکات.
وهرن با به گهمار دانی ئه ته مبهله شه خسه کهان ، وهو به که یه له کولتووری پاسکیلسواری و پیاسه شته تا کوو ژینگه و تندروستیمان هه تا هه تابه پا نه زاو بهت.

تهش ده توانیت بیهته "هاوهی و هاوه که بمان"
له هه ر شار که یا خود هه ر ولاته که ههیت ، تهش ده توانیت بیهته به بهری گروپه کی پاسکیلسواری و له یزی ئه ندامانی هاوه کهابی سه وهی کخراوی پاسکیلسواری (بهشی میحوهری) چالاکی به کهیت.

پاسکیلسواری_به_مووانه ، پاراستنی ژینگه ، پاراستنی ته تندروستی
biketowork1 به پاسکیل_به_ها تووچه
گهر ژینگه ی پاک و خاوه نهته ده وهت ، له گه که مان هاوه کهاب به ...
گهر ته تندروستی خهت و که مانی گاکهته ده وهت ، له گه که مان هاوه کهاب به ...
یه که مین که مپه یه نه گه ور به به کولتوور کردنی پاسکیلسواری له ژهر ناو نیشانی:

"هاوه یه ژینگه ، هاوه کهابی ژیا نه "
با به یه که ده نگ به بهین "خه شمانده وهت و له ته کهم"
له پار نه زگای هه وهلهر:

هه موو به ژانی "دووشه ممه و هه یه"
پارکی شان ده ره - کا ته زمهر ۸:۳۰ به به ژانی "دووشه ممه"
پارکی شان ده ره - کا ته زمهر ۹:۳۰ به به ژانی "هه یه"
له پار نه زگای سه له مانی :
هه موو به ژانی "دووشه ممه و هه یه"

بہارِ باغی گشتی - کا ترمیم ۸:۳۰ بجے تا نی "دووشہ مم"

بہارِ باغی گشتی - کا ترمیم ۹:۳۰ بجے تا نی "ہینی"

لہ پارِ زگای ہجے :

هه موو ئا ئا نى "دووشه مم و هه ينى"

بہارِ باغی گشتی - کا ترمیم ۸:۳۰ بے نیازانی "دووشہ مم"

بہارِ باغی گشتی - کا ترمیم ۹:۳۰ بے نیازانی "ہینی"

لہ پارِ زنگای دھک :

هه موو ئا ئا نى "دووشه مم و هه ينى"

بەردەم پارکی ئازادی - کاتژمێر ۳۰: ۸ بۆ ژانی "دووشەمم"

بہارِ دہم پارکی ئازادی - کا ترمیم ۹:۳۰ بجے ٹرانس "ہینی"

#ھـمو مان_ھاو ڪا بين allthehawrkab# ھاو ڪا ب: بـ واتاى پـڪـو
بوون بـ يـڪـ مـ بـست

اگہ یا ندنی کھراوی پاسکیلسواری ئاشتی AC0

بہارِ وادی بکھراوی پاسکیلسواری نشتی AC0

پ. یو. ندی : ۷۵۰۸۵۳۷۳۴۳