



## ELIGIBILITY CRITERIA FOR BRITISH GURKHAS AND



## GURKHA CONTINGENT SINGAPORE POLICE FORCE RECRUIT INTAKE 2026

ब्रिटिश गोर्खा र सिंगापुर पुलिस भर्ती बारे जानकारी  
रेक्रुट इन्टेक २०२६ मा सहभागिताको मापदण्ड



**Information Leaflet**  
सूचना पत्र

# ब्रिटिश गोर्खा र सिंगापुर पुलिस भर्ती बारे जानकारी

रेक्रुट इन्टेक २०२६ मा सहभागिताको मापदण्ड

ब्रिटिश गोर्खा र सिंगापुर पुलिसको छनौट प्रक्रिया “निःशुल्क, निस्पक्ष र पारदर्शी हुनेछ”

## उमेरको हक

उमेर: १ डिसेम्बर २०२५ साल सम्ममा कम्तीमा १८ वर्ष पुगेको र बढीमा २१ वर्ष ननाघेको हुनुपर्ने ।

वि.सं. १६/०८/२०६१-१५/०८/२०६४ बिचमा जन्मेको ।

## शैक्षिक योग्यता

एस.इ.इ. ग्रेडिङ प्रणालीमा न्यूनतम ५ सी ग्रेड हासिल गर्नेलाई मात्र मान्यता दिइनेछ जसमा कम्पार्ट पास भए पनि हुनेछ । ब्रिटिस आर्मी र सिंगापुर पुलिसको लागि अंग्रेजी र गणितमा सी ग्रेड अनिवार्य हुनु पर्नेछ । प्राविधिक सर्टिफिकेट (सिटिइभिटी) लाई मान्यता दिइनेछैन ।

## शारीरिक आवश्यकता

उचाई: न्यूनतम १५८ से.मी. हुनुपर्नेछ ।

बि.एम.आई (BMI): पहिलो चरणको छनौटमा १७-३० र दोस्रो चरणको छनौटमा १८-२८ हुनु पर्नेछ ।

आँखा: चस्मा/लेन्स/लेजर सर्जरी मान्य हुनेछैन ।

दाँत: अगाडीको आठवटा दाँतहरुमा त्रुटि हुनु हुँदैन र पछाडीको दाँतहरुमा दुई भन्दा धेरै त्रुटि (भरेको, खाली वा नक्कली दाँत) भएमा स्वीकार गरिने छैन ।

बिरामी: कुनै पनि रोगहरु जस्तै सिभियर फ्लु र हाइ टेम्परेचरबाट ग्रसित उम्मेद्वारहरुलाई स्वीकार गरिने छैन ।

## छनौट प्रक्रियाहरु:

१. **अनलाईन नाम दर्ता** ब्रिटिश आर्मी र सिंगापुर पुलिसमा भर्ती हुनका लागि इच्छुक आवेदकहरुले नाम, थर, एन.पि.पि. नम्बर र जिल्ला अनलाईनमार्फत दर्ता गराउनु पर्नेछ । अनलाईन दर्ता प्रक्रिया २०८१ फाल्गुणको १७ देखि चैत्रको १७ गतेसम्म (1 - 30 Mar 2025) संचालन गरिनेछ । अनलाईन दर्ता प्रक्रियामा सफल भएका आवेदकहरुलाई पहिलो चरण छनौटको लागि हाम्रो वेबसाईटद्वारा २०८१ चैत्र २१ गते सूचित गराइने छ ।

२. **पहिलो चरण छनौट (दर्ता प्रक्रिया)** पहिलो चरण छनौट ब्रिटिस गोर्खाज पोखरा र ब्रिटिस गोर्खाज धरानमा २०८२ बैशाखको १६ देखि असारको २० सम्म (29 Apr -04 July 2025) र एरिया वेलफेयर सेन्टर (AWC) भेरी, सुर्खेतमा २०८२ बैशाखको १६ देखि जेठको ३० सम्म (29 Apr-13 June 2025) संचालन गरिनेछ ।

उम्मेद्वारहरुले BGN वेबसाईटमा राखिएको दर्ता फारम दुबै ब्रिटिश आर्मी अनि सिंगापुर पुलिसको लागि सम्बन्धित फारम (निःशुल्क) भरेर ल्याउनु अनिवार्य छ ।

## पहिलो चरण छनौटको मापदण्ड

क. कागजपत्रहरु/प्रमाणपत्रहरु सबै आवेदकहरुले सबै सक्कली कागजपत्रहरु साथै

सम्पूर्णको A4 साईजको **फोटोकपी** दर्ताका लागि लिएर आउनु पर्नेछ । तलका कागजपत्रहरू साथमा नल्याइएमा स्वतः फेल हुनेछ ।

- नागरिकताको प्रमाणपत्र (NPP)
- मेसिन रिडेबल पासपोर्ट (MRP) वा इलेक्ट्रोनिक पासपोर्ट
- आमाबुबाको नागरिकताको सक्कल प्रमाणपत्र
- आमाबुबाको विवाहदर्ता (लागु भएमा)
- आमाबुबाको मृत्युदर्ता (लागु भएमा)
- बसाईसराइको प्रमाणपत्र (लागु भएमा) -नगरपालिका/गाउँपालिका/वडाबाट
- जात प्रमाणिकरण (लागु भएमा)- जिल्ला प्रशासन तथा इलाका प्रशासनबाट

**ख. शैक्षिक योग्यता:** एस.इ.इ. (प्रवेशिका परीक्षा प्रमाणपत्र) वा सो सरहको प्रमाणपत्र, मार्कसिट, चारित्रिक प्रमाणपत्रहरू पनि लिएर आउनु पर्नेछ । हालसालै खिचेको २ प्रति रंगिन पासपोर्ट साईजको फोटो (साईज ३५ mm X ४५ mm) बिना टोपी र कपाल काटेको हुनुपर्ने अन्य फोटो वा कुनैपनि कपाल नकाटेको या अप्राकृतिक कपाल भएकोलाई मान्यता दिईने छैन ।

**ग. Over Arm Heaves:** कम्तिमा 12 Over Arm Heaves गर्नु पर्नेछ ।

**घ. मेडिकल:** हाइपरएक्सटेन्सन (Hyperextension), दन्त परीक्षण र आधारभुत शारीरिक परीक्षण हुनेछन् ।

**ङ. आँखा परीक्षण:** लामो दुरीको जाँच र कलर पर्सेप्सनको परीक्षण हुनेछन् ।

**च. शैक्षिक जाँच:** अंग्रेजी र गणितको परीक्षा लिइनेछ ।

दोस्रो चरणको लागि प्रारम्भिक छनौटमा सफल भएका उम्मेदवारहरूको नाम ब्रिटिस गोर्खाज नेपालको वेबसाइटमा २०८१ चैत्र २१ गते निकालिने छ ।

**३. दोस्रो चरण छनोट (प्रारम्भिक छनोट)** ब्रिटिस आर्मी र सिंगापुर पुलिसको लागि दोस्रो चरणको छनोट प्रकृया ब्रिटिस गोर्खाज पोखरामा सामुहिक रूपमा २०८२ भाद्र ११ देखि असोज ११ गतेसम्म (27 Aug - 27 Sep 2025) हुनेछ ।

**क. शारीरिक मुल्यांकन:** तपाईंहरूले निम्न उल्लेखित सबै शारीरिक मुल्यांकनको तयारी गर्नु पर्नेछ ।

- **१०० मिटर दौड:** २ मिनेट ३० सेकेण्ड भित्र (सक्दो प्रयास)
- **Heaves:** कम्तिमा १४ पटक Over Arm Heaves (सक्दो प्रयास)
- **रिपिटेड लिफ्ट एण्ड केरी:** २० के.जी.को बोरा बोकेर ३० मिटरको दुरी बोरासँग ५ पटक र बिना बोरा ४ पटक १ मिनेट ४० सेकेण्ड भित्र पुरा गर्नु पर्नेछ (सक्दो प्रयास)

**ख. मेडिकल:** आधारभुत मेडिकल जाँचहरू हुनेछन् ।

**४. अन्तिम चरण छनोट (final selection):** दोस्रो चरणको छनौटमा सफल आवेदकहरूको नतिजा वेबसाइटमा २०८२ असोज २१ गते प्रकाशित गरिने छ । अन्तिम चरणको छनोट सिंगापुर

पुलिसका लागि २०८२ मङ्सिर १२-२४ सम्म हुनेछ ( 28 Nov - 10 Dec 2025) । ब्रिटिस आर्मीको लागि २०८२ पौष २३ देखि माघ १७ (07 Jan - 31 Jan 2026) भित्र हुनेछ ।

**यो दौरानमा विभिन्न चरणका शारीरिक, शैक्षिक र मेडिकल जाँचहरू गरिने छ ।**

- **मेडिकल:** सम्पूर्ण (Detail) मेडिकल जाँचहरू हुनेछन्
- **शैक्षिक जाँच:** ब्रिटिस आर्मीको लागि मात्र अंग्रेजीमा लिखित, मौखिक र श्रवण (written, speaking & listening) परीक्षा हुनेछन्
- **२ किलोमिटर दौड:** ८ मिनेट १५ सेकेण्ड भित्र पुरा गर्नु पर्नेछ (सक्दो प्रयास)
- **डोको दौड:** ५.८ कि.मि उकालो दौड ४३ मिनेट भित्र पुरा गर्नु पर्नेछ (सक्दो प्रयास)
- **जेरीक्यान केरी** (Jerrycan Carry): २ मिनेट भित्र पुरा गर्नु पर्नेछ (सक्दो प्रयास)
- **मेड बल थ्रो** (Med-Ball Throw): ब्रिटिस आर्मीका लागि मात्र । वेबसाईटमा हेर्नुहोला
- **मिड थाई पुल** (Mid-Thigh Pull): ब्रिटिस आर्मीका लागि मात्र । वेबसाईटमा हेर्नुहोला
- **कगिनटिम एससेसमेन्ट:** सिंगापुर पुलिसका लागि मात्र
- **टिम टास्क** (Team Task): सिंगापुर पुलिसका लागि मात्र
- **अन्तर्वार्ता:** अन्त्यमा, ब्रिटिश गोर्खाज र सिंगापुर पुलिसका अधिकारीहरूले अंग्रेजी र नेपाली दुबै भाषामा परीक्षार्थीहरूलाई अन्तर्वार्ता लिनेछन्

### गर्न नहुने कुराहरू

- क. भर्ति कर्मचारीलाई घुस, प्रभाव वा दवाब दिने कोसिस ।
- ख. भुटो कागजपत्र पेस ।
- ग. दलालहरू र मध्यस्तकर्ताहरूलाई घुस दिएमा (किनकि छनोट प्रकृत्यामा दलालको कुनै प्रभाव हुदैन) ।

**माथि उल्लेखित कुनै पनि नियमको उल्लंघन गरेमा तुरुन्त अयोग्य ठहरिने छ र उक्त आवेदकलाई फेरी आवेदन दिन वञ्चित गराइने छ ।**

### गर्न पर्ने कुराहरू

- क. रेक्युट छनोट भन्दा पहिला आफुलाई शारीरिक र मानसिक रुपमा सक्दो तयार गर्ने ।
- ख. यदि कसैले पैसा माग्छ भने तुरुन्त सम्बन्धित निकायमा खबर गर्ने ।
- ग. ब्रिटिश गोर्खाज नेपालको वेबसाईट <http://www.army.mod.uk/bgn> मा राखिएको सुझावहरूलाई अवलम्बन गर्ने ।

ब्रिटिश आर्मी र सिंगापुर पुलिसमा भर्तिको लागि निवेदन सधैं निःशुल्क रहेको छ । भर्ति हुनका लागि कुनै पैसा लाग्ने छैन र तपाईंले भ्रष्टाचारको कुनै पनि आरोपहरूको बारेमा सुन्नु भएको वा कसैले भर्ति लगाइदिन्छु भनि पैसा मागेमा स्थानीय प्रहरी कार्यालयमा खबर गर्नुका साथै तल दिएको इमेलको माध्यमबाट हामीलाई जानकारी दिनुहोस् ।

ईमेल : [gurkharecruitment@bgp.com.np](mailto:gurkharecruitment@bgp.com.np)

**प्रतिदाबी:** भर्ति छनोट प्रकृत्यामा सहभागि हुँदा व्यक्तिको पढाईमा बाधा, चोटपटक या बिरामी भएमा ब्रिटिश गोर्खाज नेपाल जिम्मेवार हुने छैन ।



## ELIGIBILITY CRITERIA FOR BRITISH GURKHAS AND GURKHA CONTINGENT SINGAPORE POLICE FORCE, RECRUIT INTAKE 2026

**BRITISH GURKHA & GCSPF SELECTION IS 'FREE, FAIR & TRANSPARENT'**

### Age Eligibility

**Age:** Minimum 18 and max 21 years as at 01 Dec 2025.

**Born between:** AD 01/12/2004 and 01/12/2007

### EDUCATION QUALIFICATIONS

For those sitting Nepal SEE from 2016 onwards, a minimum of 5xC grades are compulsory, including a C in English and a C in Mathematics.

### PHYSICAL REQUIREMENTS

**Height:** Minimum 158cm

**BMI:** Between 17 – 30 on Phase 1 Selection and 18 –28 on Phase 2 Selection

**Eyes:** Glasses/Contact Lenses/Laser Surgery will not be accepted

**Teeth:** Front 8 teeth (incisors) must be without fault. Only 2 faults (fillings, gaps, false teeth) allowed elsewhere

**Sick:** Any candidate who is suffering from any sickness or illness such as flu, high fever, high temperature will not be admitted

### SELECTION PROCEDURES

**1. Online Registration.** Interested PRs joining the British Army or Singapore Police will have to register online using the link provided on our website – [www.army.mod.gov.uk/bgn](http://www.army.mod.gov.uk/bgn). Online registration will be open from 01 March and will close on 30 March 2025. Candidates who have registered successfully online will then be called forward for Phase 1 (registration) on a call-forward-list published in the 1<sup>st</sup> week of April 2025.

**2. Phase 1 (registration).** Phase 1 will be held in British Gurkhas Pokhara (BGP) and British Gurkhas Dharan (BGD) between 29 April and 04 July 2025, and in Area Welfare Centre (AWC) Bheri in Surkhet between 29 April and 13 June 2025. The application form and all other details will be available for free on our website – [www.army.mod.gov.uk/bgn](http://www.army.mod.gov.uk/bgn). All candidates must follow the instructions online, complete the forms and bring them **in-person** during Phase 1 (registration).

**Criteria for Phase 1 Selection (registration).** Both British Army & GCSPF applicants must go through the following assessments.

**a. Documents.** The candidates must bring the following ORIGINAL documents as well as A4 size photocopies of all documents stated below to register. If you do not

bring the right documents, you will fail. Please visit our website for detail information.

- Nagariktako Praman Patra (NPP)
- Machine Readable Passport (MRP) or Electronic Passport
- Parents' original NPP
- Parent's Marriage Certificate if father's name is not mentioned on mother's or son's NPP
- Parent's Death Certificate (where applicable)
- Migration Certificate NP/GP/Wada office (where applicable)
- Caste Verification from CDOs office or its authorised local government Offices (where applicable)

**b. Academic qualification.** SEE or equivalent Certificates, Mark Sheet, Character Certificates are also to be brought. 2 x recently taken Passport size photographs (Size 35mm x 45mm) with their hair cut and without topi.

**c. Over Arm Heaves.** You must do 12

**d. Basic Medical.** Hyperextension, teeth and a basic physical examination

**e. Eyesight.** Long distance eye-test and colour perception. If you are short-sighted or colourblind, it is likely you will fail – check first.

**f. Education.** English and Mathematics assessments.

**3. Phase 2 (initial selection).** The combined British Army & GCSPF Phase 2 Selection will be held in British Gurkhas Pokhara. The dates for the combined selection will be between 27 Aug – 27 Sep 2025. Only successful Candidates will be called forward for the Final Selection. The call forward instructions for the final selection will be published on 07 Oct 2025 for both British Army & GCSPF candidates.

**a. The assessments.** All physical assessments at Phase 2 are “best effort” this means that the faster you are, or the more heaves you do, the higher your score.

- **800m run:** Under 2 minutes and 30 seconds, best effort
- **Heaves:** Minimum of 14 over arm heaves, best effort
- **Repeated Lift & Carry (Short):** 20 kg burden carry over 30 meters. 5 laps with & 4 laps without burden in under 1 minute 40 seconds, best effort

**b. Medical.** Various medical checks will be carried out by trained and qualified British Army medics.

**4. Phase 3 (final selection).** Called forward list for successful candidates at Phase 2 will be published on 7 Oct 2025 at BGN website. The dates for Phase 3 will be GCSPF 28 Nov - 10 Dec 2025 and for British Army, 07 Jan - 31 Jan 2026.

**a. The assessments.** We strongly encourage the candidates to train for all the physical assessments stated below.

- **Medical:** A full British Army medical will be carried out
- **Education:** For British Army only, there will be English written, speaking and listening assessments
- **2km run:** Under 8 minutes and 15 seconds, best effort
- **Doko Run:** 5.8 km moderate uphill, Under 43 Minutes, best effort
- **Jerrycan Carry:** Under 2 minutes, best effort
- **Med-Ball Throw:** Only for British Army, please refer to demonstration video on our website
- **Mid-Thigh Pull:** Only for British Army, please refer to demonstration video on our website
- **Cognitive Assessment:** Only for GCSPF
- **Team Task:** Only for GCSPF
- **Interview:** At the end, the interview will be carried out for both British Army & GCSPF candidates.

For further details, please keep visiting our website <http://www.army.mod.uk/bgn>. During this period a series of physical, educational and medical assessments will be conducted.

### **DON'T**

Attempt to bribe, influence or pressurise recruiting staff.

- Submit false documents
- Pay bribes to DALALs or intermediaries they cannot change your chances
- Attend recruit selection if you are not fully prepared
- Attempt for recruit selection if you do not have a reasonable chance of passing selection

**BREACH OF ANY OF THE ABOVE WILL RESULT IN IMMEDIATE DISQUALIFICATION AND THE PR WILL NOT BE ALLOWED TO REAPPLY.**

### **DO**

- Prepare yourself as much as possible-both physically and mentally before the selection process
- Report incidents of corruption
- Follow the advice given on the BGN website <http://www.army.mod.uk/bgn> and [BGN Facebook page](#)

Gurkha Recruiting into the British Army and Gurkha Contingent Singapore Police Force is and always has been free of charge. If anybody asks you to pay money for access to or success in Gurkha Recruiting - do not give them any money, because it cannot change your chances of success. You must report all incidents of fraud and corruption to [gurkharecruitment@bgp.com.np](mailto:gurkharecruitment@bgp.com.np) <mailto:gurkharecruitment@bgp.com.np> and your local Nepal Police authority.

### **DISCLAIMER**

British Gurkhas Nepal is not liable and cannot be held responsible for the disturbance to an individual's studies and any injury or illness which may occur as a result of participation in the Gurkha Recruiting process.