

නර්තනයේ  
මූලික අංගහාරය



# නර්තනයේ

මූලික අංගහාරය  
මණ්ඩිය නමින්  
හඳුන්වයි.

මණ්ඩියට සිටින විට  
දෙපා අතර දුර  
හඳුන්වන්නේ මිටිරියන  
නමින්ය.



උ  
ච  
ර  
උ



ප  
හ  
ක  
ර  
උ



ස  
බ  
ර  
ග  
ම



උචරඋ, පහකරඋ හා සබරගමු සම්ප්‍රදායන් සඳහා මූලික අංගහාර ලක්ෂණ 3කි.

නර්තනයේ අංගහාරයට මූලික අංගහාර ලක්ෂණ පවත්වා ගැනීම වැදගත් වේ.



නර්තන විෂය හැදෑරීමේදී මුලින්ම  
තමා හදාරන නර්තන සම්ප්‍රදායෙහි  
මූලික අංගභාරය (මණ්ඩිය) හඳුනා ගත  
යුතුය.



ලංකාදම්ම  
අංකුරය

➤ නර්තනයේදී අත්, පා, හිස, කඳ, ඇස් යන අංග පිහිටන ආකාරය මූලික අංගහාර තුළ හඳුනා ගත යුතුය.

➤ එසේම සිරුරේ සමබරතාවය රැකගෙන නර්තනයේ යෙදීමට මණ්ඩියට සිටීම අත්‍යාවශ්‍ය වේ.