मुंबई का ऐतिहासिक चेज, केकेआर को 6 विकेट से रौंदा

रोहित-रिकेल्टन की 148 रन की तूफानी साझेदारी, मुंबई ने 220+ लक्ष्य पहली बार किया हासिल

मुंबई, 29 मार्च. इंडियन प्रीमियर लीग 2026 के दूसरे दिन मुंबई इंडियंस ने ऐसा कारनामा कर दिखाया, जिसे टीम सालों से हासिल नहीं कर पाई थी. 221 रनों जैसे बड़े लक्ष्य का पीछा करते हुए मुंबई ने कोलकाता नाइट राइडर्स को 6 विकेट से हराकर ना सिर्फ टूर्नामेंट में जीत से शुरुआत की, बल्कि इतिहास भी रच दिया.

2012 के बाद पहली बार ओपनिंग मैच में जीत

रयान रिकेल्टन का डेब्यू में धमाका

केकेआर की गेंदबाजी पूरी तरह फ्लॉप

19.1 ओवर में हासिल हुई यह जीत पूरी तरह आक्रामक बल्लेबाजी और मजबूत रणनीति का नतीजा रही, जिसमें कप्तान रोहित शर्मा और डेब्यूटेंट रयान रिकेल्टन की जोड़ी ने मैच को एकतरफा बना दिया।

आईपीएल 2026 के इस हाई-वोल्टेज मुकाबले में मुंबई इंडियंस ने अपने इरादे साफ कर दिए कि इस बार टीम सिर्फ भाग लेने नहीं, बल्कि खिताब जीतने उतरी है. 221 रन का लक्ष्य किसी भी टीम के लिए आसान नहीं होता, लेकिन मुंबई ने इसे जिस अंदाज में हासिल किया, उसने पूरे क्रिकेट जगत को चौंका दिया। टॉस हारकर पहले बल्लेबाजी करने उतरी कोलकाता नाइट राइडर्स ने 20 ओवर में 220/4 का मजबूत स्कोर खड़ा किया. कप्तान अजिंक्य रहाणे ने जिम्मेदारी भरी पारी खेलते हुए 40 गेंदों में 67 रन बनाए. उनके साथ युवा बल्लेबाज अंगकृष रघुवंशी ने 29 गेंदों में 51 रन की तेज पारी खेलकर टीम को बड़े स्कोर तक पहुंचाया. दोनों के बीच हुई साझेदारी ने केकेआर को मजबूत स्थिति में ला खड़ा किया था।

हालांकि, इतना बड़ा स्कोर बनाने के बाद भी केकेआर की टीम इसे डिफेंड नहीं कर सकी. इसका सबसे बड़ा कारण उनकी कमजोर गेंदबाजी रही, जो पूरे मैच में दबाव बनाने में नाकाम रही।

221 रन के लक्ष्य का पीछा करने उतरी मुंबई इंडियंस की शुरुआत बेहद शानदार रही. कप्तान रोहित शर्मा और डेब्यू कर रहे रयान रिकेल्टन ने पहले ही ओवर से आक्रामक बल्लेबाजी शुरू कर दी. दोनों ने केकेआर के गेंदबाजों को कोई मौका नहीं दिया और हर दिशा में शॉट्स खेलते हुए रन बटोरते रहे।

दोनों बल्लेबाजों के बीच पहले विकेट के लिए 148 रन की साझेदारी हुई, जो सिर्फ 72 गेंदों में आई. इस साझेदारी ने मैच का रुख पूरी तरह बदल दिया और केकेआर को मुकाबले से लगभग बाहर कर दिया।

रोहित शर्मा ने अपनी पुरानी लय में लौटते हुए 38 गेंदों में 78 रन की शानदार पारी खेली. उनकी बल्लेबाजी में आत्मविश्वास और आक्रामकता साफ झलक रही थी. उन्होंने मैदान के चारों ओर शॉट्स लगाए और गेंदबाजों पर लगातार दबाव बनाए रखा।

दूसरी ओर, रयान रिकेल्टन ने अपने पहले ही आईपीएल मैच में शानदार प्रदर्शन किया. उन्होंने 43 गेंदों में 81 रन बनाए और अपनी पारी में कई बड़े शॉट्स लगाए. उनकी टाइमिंग और शॉट सिलेक्शन ने दर्शकों का दिल जीत लिया। पावरप्ले के दौरान ही मुंबई ने मैच पर पकड़ बना ली थी. शुरुआती छह ओवरों में तेज रन गति ने केकेआर के गेंदबाजों को बैकफुट पर ला दिया.

स्कोर बोर्ड

केकेआर बल्लेबाजी	रन	गेंद	चौके	छक्के
अजिंक्य रहाणे कैच पंड्या बो. शार्दुल ठाकुर	67	40	3	5
फिन एलन कैच तिलक वर्मा बो. शार्दुल ठाकुर	37	17	6	2
कैमरून ग्रीन कैच शेरफेन बो. शार्दुल ठाकुर	18	10	1	1
अंगकृष रघुवंशी कैच तिलक वर्मा बो. पंड्या	51	29	6	2
रिंकू सिंह नाबाद	33	21	4	0
रमनदीप सिंह नाबाद	4	4	0	0

मुंबई गेंदबाजी- ट्रेंट बोल्ट 4-0-38-0, हार्दिक पंड्या 3-0-39-1, एएम ग़ज़नफ़र 4-0-51-0, जसप्रीत बुमराह 4-0-35-0, शार्दुल ठाकुर 4-0-39-3, मयंक मारकंडे 1-0-16-0

मुंबई बल्लेबाजी	रन	गेंद	चौके	छक्के
रयान रिकेल्टन रन आउट	81	43	4	8
रोहित शर्मा कैच अनुकूल रॉय बो. वैभव	78	38	6	6
सूर्यकुमार यादव कैच रिंकू सिंह बो. कार्तिक	16	8	3	0
तिलक वर्मा कैच मनीष पांडे बो. सुनील नरेन	20	14	4	0
हार्दिक पंड्या नाबाद	18	11	3	0
नमन धीर नाबाद	5	2	1	0

केकेआर गेंदबाजी- वैभव अरोड़ा 4-0-52-1, आशीर्वाद मुज़ारबानी 3-0-34-0, वरुण चक्रवर्ती 4-0-48-0, कार्तिक त्यागी 4-0-43-1, सुनील नारायण 3-0-30-1, अनुकूल रॉय 1.1-0-15 .0

एक नजर में

कोहली ने छीना मैच, विटोरी नाराज

बेंगलुरु. आईपीएल 2026 के मुकाबले में रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु के खिलाफ मिली हार के बाद सनराइजर्स हैदराबाद के मुख्य कोच डेनियल विटोरी ने अपनी टीम के गेंदबाजों के प्रदर्शन पर खुलकर नाराजगी जताई. उन्होंने साफ कहा कि गेंदबाज सही लाइन-लेंथ पर गेंदबाजी करने में नाकाम रहे, जिसका पूरा फायदा आरसीबी के बल्लेबाजों, खासकर विराट कोहली ने उठाया और मैच छीन लिया. एम. चिन्नास्वामी स्टेडियम में खेले गए इस मुकाबले में सनराइजर्स हैदराबाद को छह विकेट से हार का सामना करना पड़ा. मैच के बाद विटोरी ने कहा कि टीम ने शुरुआत में अच्छा मौका बनाया था, जब फिल सॉल्ट का विकेट जल्दी मिल गया था, लेकिन इसके बाद गेंदबाज उस दबाव को बरकरार नहीं रख सके. विटोरी के अनुसार, गेंदबाजों की अनुशासनहीनता टीम पर भारी पड़ी. उन्होंने कहा कि सही लाइन और लेंथ पर गेंदबाजी नहीं होने के कारण आरसीबी के बल्लेबाजों को खुलकर खेलने का मौका मिला. इस दौरान विराट कोहली और देवदत्त पडिक्कल ने आक्रामक बल्लेबाजी करते हुए मैच का रुख पूरी तरह बदल दिया.

एलेक्स ने हीरो इंडियन ओपन में जीता खिताब

गुरुग्राम. हीरो इंडियन ओपन में कमज़ोर खिलाड़ियों को लाइमलाइट में लाने का एक तरीका है. पिछले साल, यूजेनियो चाकारा एक स्पॉन्सर के इनवाइट पर देश के नेशनल ओपन में आए थे. वह जीते, और फिर कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा. चाकारा अपने टाइटल डिफेंस में जितने बहादुर थे, फिनाले में एक और नाम लिखा था. चाकारा पर 9-अंडर 279 (70, 68, 72, 69) पर दो शॉट की जीत से पहले, एलेक्स फिट्ज़पैट्रिक भी एक एस्पिरेंट के तौर पर भारत आए थे. उन्होंने 2024 में होटलप्लानर टूर के ज़रिए डीपी वर्ल्ड टूर में जगह बनाई, और तब से यह मेन टूर पर बड़ी जीत के लिए डटे रहने के बारे में था. फिट्ज़पैट्रिक परिवार के गोल्फ़ जीन्स ने उन्हें प्रेरित किया है, और हालांकि छोटे फिट्ज़पैट्रिक पर बड़े भाई मैट की तरह बनने का कोई दबाव नहीं था, जो पीजीए टूर पर तीन बार के विजेता हैं, एलेक्स के अंदर के एथलीट ने उन्हें यह विश्वास दिलाया कि बड़े मंच पर उनका समय आ सकता है.

मुल्तान सुल्तांस ने जीत के साथ शुरुआत की

लाहौर. पाकिस्तान सुपर लीग के 2026 एडिशन में मुल्तान सुल्तांस की जीत की शुरुआत रही है, जिसमें उनके चार ऑस्ट्रेलियाई खिलाड़ियों ने इस्लामाबाद यूनाइटेड पर पहले मैच में पांच विकेट से जीत में अहम भूमिका निभाई. जीत के लिए 172 रनों का पीछा करते हुए, विकेटकीपर जोश फिलिप के 55 और कप्तान एश्टन टर्नर के नाबाद 43 रनों की बदौलत सुल्तांस ने आठ गेंद बाकी रहते अपना लक्ष्य हासिल कर लिया. पूर्व टेस्ट कप्तान के हेड कोच के तौर पर, टर्नर को कप्तान बनाया गया है, जबकि उनके साथी स्टीव स्मिथ उसी द्वन्द्व में थे और उन्होंने टॉप ऑर्डर में उनकी जगह ली थी. स्मिथ, जिन्हें फ्रेंचाइजी ने 'पीएसएल इतिहास की सबसे बड़ी साइनिंग' करार दिया था, ने अपने पीएसएल डेब्यू में तीन छक्के मारे, लेकिन 31 रन पर आउट हो गए, जब वह मिड ऑफ पर शादाब खान की गेंद को क्लियर नहीं कर सके. लेकिन, ऑस्ट्रेलियाई उप-कप्तान ने इस्लामाबाद की पारी के दौरान तीन ज़रूरी कैच लेकर मैच पर पहले ही बड़ा असर डाल दिया था.

सबालेंका ने मियामी ओपन जीतकर रचा इतिहास

सनशाइन डबल पूरा कर बनीं खास क्लब की सदस्य

फ्लोरिडा, 29 मार्च. महिला टेनिस में एक नया इतिहास लिखा गया जब सबालेंका ने मियामी ओपन 2026 का खिताब जीतकर सनशाइन डबल पूरा कर लिया.

फाइनल में उन्होंने कोको गॉफ़ को 6-2, 4-6, 6-3 से हराकर न सिर्फ ट्रॉफी जीती, बल्कि खुद को दुनिया की सबसे बेहतरीन खिलाड़ियों में और मजबूत तरीके से स्थापित किया. यह जीत इसलिए भी खास रही क्योंकि इससे पहले 2022 में इगा स्वियाटेक ने यह उपलब्धि हासिल की थी. सनशाइन डबल यानी इंडियन वेल्स और मियामी—दोनों बड़े टूर्नामेंट जीतना—टेनिस में बेहद मुश्किल माना जाता है. मैच की शुरुआत में ही सबालेंका ने अपना इरादा साफ कर दिया. उन्होंने पहले सेट में आक्रामक खेल दिखाते हुए 6-2 से जीत दर्ज की. उनके बैकहैंड और फोरहैंड विनर्स ने गॉफ़ को संभलने का मौका ही नहीं दिया. दूसरे सेट में कोको गॉफ़ ने जबरदस्त वापसी की. उन्होंने दबाव में शानदार खेल दिखाया और 6-4 से सेट जीतकर मुकाबले को बराबरी पर ला दिया. इस दौरान उनकी फाइटिंग स्पिरिट देखने लायक थी. लेकिन तीसरे सेट में फिर से सबालेंका का दबदबा देखने को मिला.

> इस जीत के साथ सबालेंका ने गॉफ़ के खिलाफ अपना रिकॉर्ड 7-6 कर लिया. यह उनकी लगातार दूसरी जीत भी रही, जो उनकी मानसिक मजबूती को दर्शाती है. पूरे टूर्नामेंट में उन्होंने सिर्फ एक सेट गंवाया और सेमीफाइनल में एलेना रायबाकिना जैसी मजबूत खिलाड़ी को हराकर फाइनल में जगह बनाई थी.

कोहली अपना स्ट्राइक रेट कभी भी बढ़ा सकते हैं

बेंगलुरु. विराट कोहली ने रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु को आईपीएल 2026 के पहले मैच में सनराइज़र्स हैदराबाद के ख़िलाफ़ बड़ी जीत दिलाई. उनकी 38 गेंदों पर नाबाद 69 रन की पारी में पांच चौके और पांच छक्के शामिल थे और उन्होंने आरसीबी को 15.2 ओवर में ही 202 रनों का लक्ष्य हासिल करने में मदद की. भारत के पूर्व बल्लेबाज़ अंबाती रायुडू के मुताबिक, 'कोहली का अभी और भी बहुत कुछ आना बाक़ी है'. रायुडू ने ईएसपीएन क्रिकइंफो के टाइमआउट शो पर कहा, 'पूरी पारी के दौरान कोहली अभी भी थोड़े रस्टी लग रहे थे....

जम्मू मैराथन 2019 से जम्मू-कश्मीर में आए गहरे बदलाव

जम्मू, 29 मार्च जम्मू और कश्मीर के उपराज्यपाल मनोज सिन्हा ने रविवार को कहा कि 2019 में शुरु हुई जम्मू मैराथन के बाद से प्रदेश में गहरे बदलाव आये है.

उपराज्यपाल मनोज सिन्हा ने आज यहां मौलाना आज़ाद स्टेडियम में जम्मू मैराथन के सम्मान समारोह में कहा, 'शांति, समृद्धि और अनुकूल परिस्थितियों ने इस केंद्र शासित प्रदेश को विश्व स्तरीय आयोजनों के लिए एक पसंदीदा जगह बना दिया है. इसका सपना आखिरकार पूरा हो गया है, क्योंकि सात दशकों के बाद, जम्मू-कश्मीर वैश्विक मंच पर अपना सही स्थान हासिल कर रहा है.' जम्मू-कश्मीर पर्यटन विभाग द्वारा आयोजित जम्मू की पहली अंतर्राष्ट्रीय हाफ मैराथन, जिसमें 21 किमी, 10 किमी और 5 किमी दौड़ की श्रेणियां शामिल थीं, में देश और विदेश से 3,000 से अधिक धावकों ने भाग लिया.

आदिवासी समुदायों के बीच खेलों को दें बढ़ावा

नयी दिल्ली, 29 मार्च पूर्व महिला मुक्केबाज एमसी मैरी कॉम ने रविवार को भारत के आदिवासी समुदायों के बीच खेलों को बढ़ावा देने का आह्वान करते हुए कहा कि इन समुदायों के लोगों में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर विजेता बनने के लिए जरूरी शारीरिक क्षमता और मानसिक दृढ़ता मौजूद है.

एआईबीए महिला विश्व बॉक्सिंग चैंपियनशिप में छह बार स्वर्ण पदक जीतने वाली कॉम ने डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी स्विमिंग कॉम्प्लेक्स में आयोजित 'फिट इंडिया संडेज ऑन साइकिल' कार्यक्रम के दौरान यूनीवार्ता को दिए एक साक्षात्कार मे कहा कि उन्हें पूरा विश्वास है कि अगर आदिवासी खिलाड़ियों (पुरुष और महिला दोनों) को सही तरह का सहयोग मिले, तो वे निश्चित रूप से बेहतरीन प्रदर्शन करेंगे.

मैरी कॉम ने कहा, 'उन्हें मुफ्त में ट्रेनिंग मिलेगी, इससे बेहतर और क्या हो सकता है. आदिवासियों में प्रतिभा की कोई कमी नहीं है, लेकिन उनमें जागरूकता की बहुत बड़ी कमी है. हमें उम्मीद है कि ये खेल आदिवासी एथलीटों को आगे आने के लिए एक बहुत बड़ा मंच प्रदान करेंगे.'

'मैं खुद 'कॉम' समुदाय से आने वाली एक आदिवासी महिला हूं. आदिवासी लोग ऐसे इलाकों में रहते हैं जहां की परिस्थितियां काफी कठिन होती हैं, उनमें जबरदस्त शारीरिक और मानसिक दृढ़ता होती है और उन्हें अपने रोजमर्रा के जीवन में बहुत अधिक कड़ी मेहनत करनी पड़ती है. आदिवासी लोग स्वभाव से ही मजबूत होते हैं, और मुझे लगता है कि अगर उन्हें सही मात्रा में सहयोग और जागरूकता मिले, तो वे खेलों के क्षेत्र में निश्चित रूप से बहुत आगे बढ़ेंगे.' 2012 के लंदन ओलंपिक में कांस्य पदक जीतने वाली इस खिलाड़ी ने छत्तीसगढ़ में चल रहे पहले 'खेलो इंडिया आदिवासी खेल 2026' की जमकर सराहना की. इन खेलों में 30 राज्यों के आदिवासी एथलीट हिस्सा ले रहे हैं. चुने गए खिलाड़ियों को 'खेलो इंडिया केंद्रों' में शामिल किया जाएगा, और वहां से जो सबसे बेहतरीन खिलाड़ी होंगे, उन्हें 'नेशनल सेंटर ऑफ एक्सीलेंस' के लिए चुना जाएगा.

जब मैं खेलने आता हूं, 120% के साथ आता हूं

बेंगलुरु, 29 मार्च विराट कोहली ने टी20 क्रिकेट में वापसी करते हुए 38 गेंदों पर 69 रन बनाए और गत विजेतारॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु को सनराइज़र्स हैदराबाद के ख़िलाफ़ पहले ही मैच में जीत दिलाई. जीत के बाद उन्होंने कहा कि इस फ़ॉर्मेट से दूर बिताए गए समय से उन्हें तरोताज़ा व उत्साहित रहने और 120 प्रतिशत के साथ लौटने में मदद मिली.

कोहली का आखिरी टी20 मैच आईपीएल 2025 फ़ाइनल था, जिसे आरसीबी ने जीतकर अपना पहला आईपीएल ख़िताब हासिल किया था. उन्होंने अपने टाइटल डिफ़ेंस की शुरुआत 202 रन के लक्ष्य को 15.4 ओवर में हासिल करके की. इस चेज़ में कोहली नाबाद रहे. उन्होंने कहा, 'देखिए, पिछले 15 साल में जिस तरह का शेड्यूल रहा है और मैंने जितना क्रिकेट खेला है, मेरे लिए हमेशा थकान का जोखिम ज़्यादा था. इसलिए ये ब्रेक मेरे लिए बहुत मददगार रहे. मैं तरोताज़ा और उत्साहित रहता हूं. जब भी मैं खेलने लौटता हूं, 120 प्रतिशत के साथ लौटता हूं. मैं बिना तैयारी के वापस नहीं आता.

'असल में, अतिरिक्त आराम मुझे मानसिक रूप से भी तरोताज़ा कर देती है. जब आप शारीरिक रूप से फ़िट और मानसिक रूप से उत्साहित हों, तो आप टीम के लिए योगदान दे पाते हैं.

> कोहली ने आईपीएल में आने से पहले जनवरी में न्यूज़ीलैंड के ख़िलाफ़ तीन वनडे में 93, 23 और 124 रन बनाए थे. वह उस सीरीज में भारत के सबसे ज़्यादा रन बनाने वाले बल्लेबाज़ थे. उससे पहले दिसंबर में साउथ अफ़्रीका के ख़िलाफ वनडे सीरीज़ में भी उन्होंने 302 रन बनाए थे, जिसमें दो शतक शामिल थे. एसआरएच के ख़िलाफ़ कोहली ने पांच चौके और पांच छक्के लगाए. उन्होंने 16वें ओवर में हर्षल पटेल के ख़िलाफ़ 6, 4, 4, 4 मारकर मैच समाप्त किया.

प्रधानमंत्री ने रणजी चैंपियन जम्मू-कश्मीर की सराहना की

नयी दिल्ली, 29 मार्च प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रविवार को अपने मासिक रेडियो कार्यक्रम 'मन की बात' में खेलों में मिली सफलता का उल्लेख करते हुए टी-20 विश्व कप का खिताब अपने नाम करने वाली भारतीय टीम और रणजी ट्रॉफी चैंपियन जम्मू-कश्मीर टीम की सराहना की और आठ मार्च को आयोजित हुए अस्मिता लीग का भी जिक्र किया.

श्री मोदी ने 'मन की बात' के 132वीं कड़ी में टी-20 विश्व कप जीतने वाली भारतीय टीम की सफलता पर गर्व व्यक्त किया और पहला रणजी ट्रॉफी का खिताब जीतने वाली जम्मू-कश्मीर की टीम की भी सराहना की. प्रधानमंत्री ने खेलों के बारे में बात करते हुए कहा, 'देशभर के खेल प्रेमियों के लिए यह महीना जोश और उत्साह से भर देने वाला रहा है. जब भारत ने टी-20 विश्व कप में ऐतिहासिक जीत दर्ज की तो देश में हर तरफ खुशी की लहर दौड़ गई.

7 दशकों बाद पहला रणजी खिताब हासिल किया

अपनी टीम की इस शानदार सफलता पर हम सभी को बहुत गर्व है. पिछले महीने के आखिर में कर्नाटक के हुबली में एक बहुत ही रोचक मुकाबला देखने को मिला. इस मुकाबले को जीतकर जम्मू-कश्मीर की क्रिकेट टीम ने रणजी ट्रॉफी को अपने नाम कर लिया. सबसे खुशी की बात है कि करीब सात दशकों के लंबे इंतजार के बाद इस टीम ने अपना पहला रणजी खिताब हासिल किया. टीम के कप्तान पारस डोगरा ने अद्भुत कौशल दिखाया. कश्मीर के युवा गेंदबाज आकिब नबी की भी देश में चर्चा हो रही है, जिन्होंने रण जी में 60 विकेट लिए. जम्मू-कश्मीर के लोग इस जीत से बहुत उत्साहित हैं.

इंडिया ट्राइबल गेम्स ▶ केआईटीजी 2026 में कर्नाटक के तैराक का जलवा, स्वर्ण और एक रजत जीतकर बने सबसे सफल खिलाड़ी

मणिकांता ने जीते 8 स्वर्ण और 1 रजत

रायपुर , 29 मार्च 29 मार्च रायपुर में आयोजित खेलो इंडिया ट्राइबल गेम्स 2026 में कर्नाटक के युवा तैराक मणिकांता एल ने अपने प्रदर्शन से हर किसी को प्रभावित किया.

21 वर्षीय इस खिलाड़ी ने प्रतियोगिता में आठ स्वर्ण और एक रजत पदक जीतकर न सिर्फ अपने राज्य का नाम रोशन किया, बल्कि खुद को टूर्नामेंट का सबसे सफल खिलाड़ी भी साबित किया. हालांकि उनका लक्ष्य नौ स्वर्ण पदक जीतने का था, लेकिन एक रेस में मामूली चूक के चलते उन्हें रजत से संतोष करना पड़ा.

मणिकांता का यह सफर आसान नहीं था. पिछले कुछ दिनों में उन्हें हर कुछ मिनटों के अंतराल पर खुद को मानसिक और शारीरिक रूप से तैयार कर अगली रेस में उतरना पड़ा. एक के बाद एक रेस, फिर तुरंत पदक समारोह और उसके बाद फिर पूल में वापसी—यह क्रम लगातार चलता रहा. ऐसे चुनौतीपूर्ण शेड्यूल के बावजूद उनका प्रदर्शन लगातार ऊंचे स्तर पर बना रहा. मणिकांता मूल रूप से ब्रेस्टस्ट्रोक विशेषज्ञ हैं, लेकिन इस प्रतियोगिता में उन्होंने खुद को चुनौती देते हुए चारों प्रमुख स्ट्रोक्स ब्रेस्टस्ट्रोक, फ्रीस्टाइल, बटरफ्लाई और बैकस्ट्रोक में हिस्सा लिया. इसका मकसद था अपनी टीम के लिए अधिकतम पदक जीतना. यह निर्णय जोखिम भरा था, क्योंकि हर स्ट्रोक की तकनीक और रणनीति अलग होती है, लेकिन मणिकांता ने इसे शानदार तरीके से निभाया. मणिकांता ने अपने प्रदर्शन पर संतोष जताते हुए कहा कि पहली बार उन्होंने इतने अधिक इवेंट्स में हिस्सा लिया और वह भी अलग-अलग स्ट्रोक्स में. यह अनुभव उनके लिए काफी महत्वपूर्ण रहा और इससे उन्हें अपनी सीमाओं को समझने का मौका मिला.

> उन्होंने बताया कि अलग-अलग स्ट्रोक्स के बीच तालमेल बैठाना बेहद कठिन होता है, इसके बावजूद उन्होंने अपने खेल में निरंतरता बनाए रखी. प्रतियोगिता के पहले तीन दिनों में वह लगभग हर दूसरी रेस में हिस्सा ले रहे थे, जिससे उनके शरीर पर काफी दबाव पड़ा. इस कठिन शेड्यूल का असर तीसरे दिन की आखिरी रेस में देखने को मिला. 50 मीटर फ्रीस्टाइल में उतरते समय उनके पेट की मांसपेशियों में जकड़न होने लगी थी, जिससे उनकी गति प्रभावित हुई.