मानव सुथार और कृष्णा की धार

भारत ने पहली पारी में 564 रन पर घोषित किया स्कोर

- गिल-पंत-राहुल ने जड़े बड़े शतक
- गेंदबाजों ने बनाई मजबूत पकड़

मुल्लांपुर, 07 जून भारत ने एकमात्र टेस्ट मैच के दूसरे दिन अफगानिस्तान पर पूरी तरह से पकड़ मजबूत कर ली है. कप्तान शुभमन गिल (126), केएल राहुल (100), साई सुदर्शन (81), ऋषभ पंत (81) और वॉशिंगटन सुंदर (नाबाद 52) की शानदार पारियों की बदौलत भारत ने पहली पारी में 564 रन बनाकर पारी घोषित कर दी.

इसके बाद गेंदबाजों ने भी कमाल दिखाया और मानव सुथार तथा प्रसिद्ध कृष्णा की धारदार गेंदबाजी के दम पर अफगानिस्तान को दिन का खेल खत्म होने तक 5 विकेट पर 133 रन पर रोक दिया. अफगानिस्तान अभी भी भारत के स्कोर से 431 रन पीछे है और मैच में वापसी के लिए संघर्ष कर रहा है.

भारतीय गेंदबाजों ने शुरुआत से ही दबाव बनाकर विपक्षी बल्लेबाजों को टिकने का मौका नहीं दिया. भारत की पहली पारी में शीर्ष क्रम से लेकर मध्य क्रम तक सभी बल्लेबाजों ने योगदान दिया. शुभमन गिल ने 126 रन की कप्तानी पारी खेली, जबकि केएल राहुल ने 100 रन बनाकर शतक पूरा किया. साई सुदर्शन और ऋषभ पंत ने 81-81 रन की अहम पारियां खेलीं.

> दूसरी पारी में मानव सुथार ने 3 विकेट और प्रसिद्ध कृष्णा ने 2 विकेट लेकर अफगानिस्तान की बल्लेबाजी को झकझोर दिया. अब्दुल मलिक, सेदीकुल्लाह अटल, गुरबाज, शहीदी और अफसर जजई जल्दी-जल्दी पवेलियन लौट गए. भारतीय गेंदबाजों ने शुरुआती ओवरों से ही दबाव बनाकर विपक्ष को बैकफुट पर धकेल दिया. अफगानिस्तान की ओर से रहमत शाह 43 रन बनाकर नाबाद लौटे, लेकिन टीम 133/5 के स्कोर पर संघर्ष कर रही है. भारत अब भी पहली पारी के आधार पर 400 से अधिक रन की बढ़त के साथ मजबूत स्थिति में है और मैच पर उसकी पकड़ पूरी तरह बनी हुई है.

सूर्यकुमार को और मौके मिलने चाहिए : अश्विन

नयी दिल्ली. पूर्व भारतीय स्पिनर आर अश्विन का मानना है कि सूर्यकुमार यादव को बल्लेबाज़ के रूप में खुद को साबित करने के लिए थोड़ा और समय दिया जा सकता था, बजाय इसके कि टी 20 विश्व कप ख़िताब जिताने के सिर्फ़ दो महीने बाद ही उन्हें भारत की टी20 टीम से पूरी तरह बाहर कर दिया जाए. बल्लेबाज़ के तौर पर सूर्यकुमार का टी 20 विश्व कप साधारण रहा था. उन्होंने 136.72 के स्ट्राइक रेट से 242 रन बनाए थे. इसके बाद आईपीएल में भी वह लय हासिल नहीं कर सके और 147.54 के स्ट्राइक रेट से 270 रन ही बना पाए. ईएसपीएन क्रिकइंफो के वीडियो शो में अश्विन ने कहा, 'देखिए, मुझे लगता है कि यह एक बहुत दिलचस्प मिसाल है. मैं एक पल के लिए खुद को सूर्यकुमार यादव की जगह रखकर सोचता हूं कि इस समय वह कैसा महसूस कर रहे होंगे.

दक्षिण एशियाई फुटबॉल चैंपियनशिप जीत पर महिला टीम को बधाई

जीत को युवाओं के लिए प्रेरणा बताया गया

महिला फुटबॉल टीम ने जीता छठा खिताब

नयी दिल्ली, 07 जून उपराष्ट्रपति सीपी राधाकृष्णन और प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने दक्षिण एशियाई फुटबॉल महासंघ (सैफ) महिला चैंपियनशिप 2026 जीतने पर भारतीय महिला फुटबॉल टीम को रविवार कोबधाई दी.

उन्होंने पूरे टूर्नामेंट में शानदार प्रदर्शन के लिए खिलाड़ियों की तारीफ की और भरोसा जताया कि उनकी यह कामयाबी और अधिक युवाओं को इस खेल से जुड़ने के लिए प्रेरित करेगी.

सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर एक पोस्ट में प्रधानमंत्री ने टीम की इस उपलब्धि की सराहना करते हुए कहा, 'सैफ महिला चैंपियनशिप 2026 जीतने पर भारतीय महिला फुटबॉल टीम को बधाई. उन्होंने पूरे टूर्नामेंट में बेहतरीन खेल दिखाया है. इससे आने वाले समय में और अधिक युवाओं को फुटबॉल खेलने का प्रोत्साहन मिलेगा. टीम को भविष्य के प्रयासों के लिए ढेर सारी शुभकामनाएं. ' क्षेत्रीय चैंपियनशिप में भारत की यह खिताबी जीत देश में महिला फुटबॉल के लिए एक और बड़ा

> भारतीय महिला टीम सैफ महिला चैंपियनशिप के इतिहास में सबसे सफल टीमों में से एक रही है और इस क्षेत्रीय टूर्नामेंट में लगातार शीर्ष स्तर पर प्रदर्शन करती आई है. उनका यह नया खिताब उनके शानदार रिकॉर्ड में एक और कड़ी जोड़ता है तथा दक्षिण एशिया में महिला फुटबॉल में भारत की लगातार बनी हुई मजबूती को दर्शाता है. चैंपियनशिप में मिली इस जीत का पूरे खेल जगत में जश्न मनाया जा रहा है, जहां खिलाड़ी, कोच और प्रशंसक टीम के दृढ़ संकल्प, कौशल और बेहतरीन तालमेल की तारीफ कर रहे हैं. उम्मीद की जा रही है कि इस जीत से भारत भर में महिला फुटबॉल को बढ़ावा देने और उभरते हुए फुटबॉलरों के लिए बेहतर अवसर पैदा करने के चल रहे

एक नजर में

भारत ए टीम में रायपुर के आयुष पांडे चयनित

रायपुर. छत्तीसगढ़ क्रिकेट के लिए गौरवपूर्ण उपलब्धि के रूप में राजधानी रायपुर के युवा बल्लेबाज आयुष पांडे का चयन आगामी श्रीलंका दौरे के लिए भारत ए टीम में किया गया है. घरेलू क्रिकेट और रणजी ट्रॉफी में लगातार प्रभावशाली प्रदर्शन के आधार पर उन्हें यह अवसर मिला है. 22 वर्षीय आयुष पांडे प्रदेश के उभरते हुए सलामी बल्लेबाजों में शामिल हैं. हाल के सत्रों में उन्होंने प्रथम श्रेणी क्रिकेट में अपनी बल्लेबाजी से चयनकर्ताओं का ध्यान आकर्षित किया. रणजी ट्रॉफी में दिल्ली के खिलाफ खेली गई उनकी 183 रन की शानदार पारी को उनके करियर की महत्वपूर्ण उपलब्धियों में माना जा रहा है. आयुष ने अब तक 19 प्रथम श्रेणी मैचों की 34 पारियों में 1430 रन बनाए हैं. इस दौरान उनके बल्ले से चार शतक और पांच अर्धशतक निकले हैं. वहीं लिस्ट-ए क्रिकेट में उन्होंने छह मैचों की छह पारियों में 44.66 की औसत से 268 रन बनाए हैं, जिसमें दो अर्धशतक शामिल हैं. टी-20 प्रारूप में भी आयुष ने नौ मैच खेले हैं, जिनमें उन्होंने 100 रन बनाए हैं. घरेलू क्रिकेट में लगातार अच्छे प्रदर्शन का ही परिणाम है कि उन्हें भारत ए टीम में जगह मिली है. क्रिकेट जगत से जुड़े लोगों का मानना है कि भारत ए टीम में चयन आयुष के करियर का महत्वपूर्ण पड़ाव साबित होगा. उनके चयन से न केवल रायपुर बल्कि पूरे छत्तीसगढ़ के क्रिकेट प्रेमियों में उत्साह का माहौल है.

आईजीयू भेजेगा छह सदस्यीय भारतीय टीम

नयी दिल्ली. भारतीय गोल्फ संघ (आईजीयू), जिसकी अगुवाई बृजिंदर सिंह और उनकी टीम कर रही है तथा जिसे युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय (एमवाईएएस) और अंतरराष्ट्रीय गोल्फ महासंघ (आईजीएफ) द्वारा राष्ट्रीय खेल महासंघ के रूप में मान्यता प्राप्त है, जापान के आइची-नागोया में आयोजित होने वाले 20वें एशियाई खेलों में भाग लेने के लिए छह सदस्यीय भारतीय गोल्फ टीम भेजेगा. पुरुष और महिला वर्ग की गोल्फ स्पर्धाएं 30 सितंबर से 3 अक्टूबर, 2026 तक कसुगाई कंट्री क्लब ईस्ट कोर्स में आयोजित की जाएंगी. वर्तमान में विश्व रैंकिंग में 451वें स्थान पर मौजूद युवराज संधू भारतीय पुरुष टीम का नेतृत्व करेंगे, जिसमें वीर अहलावत (विश्व रैंकिंग 558) और सप्तक तलवार (विश्व रैंकिंग 576) भी शामिल हैं. एलपीजीए टूर की नियमित खिलाड़ी और वर्तमान विश्व नंबर 135 अदिति अशोक भारतीय महिला टीम की कप्तानी करेंगी. टीम में दीक्षा डागर (विश्व रैंकिंग 221) और प्रणवी उर्स (विश्व रैंकिंग 270) भी शामिल हैं. अदिति अशोक ने 2023 हांगझोऊ एशियाई खेलों में व्यक्तिगत स्पर्धा में रजत पदक जीता था. खिलाड़ियों का चयन एशियाई खेलों के लिए आईजीयू की चयन नीति के अनुसार किया गया, जो महासंघ की आधिकारिक वेबसाइट पर प्रकाशित है. भारतीय गोल्फ संघ के अध्यक्ष बृजिंदर सिंह ने जापान में भारतीय टीम के शानदार प्रदर्शन को लेकर विश्वास व्यक्त किया. उन्होंने कहा, 'हमारे पास बेहद प्रतिभाशाली और सक्षम खिलाड़ियों की टीम है, जिसमें युवराज संधू जैसे खिलाड़ी शामिल हैं.

ब्राज़ील ने अभ्यास मैच में मिस्र को हराया

क्लीवलैंड. ब्राज़ील ने मिस्र को 2-1 से हराकर अपनी विश्व कप की तैयारियों को और मज़बूत किया. इस मैच में ब्रूनो गुइमारेस और एंड्रिक ने दोनों हाफ में गोल किए. न्यूकैसल यूनाइटेड के कप्तान गुइमारेस ने 18-यार्ड बॉक्स के किनारे पर मोहनद लशीन से गेंद छीनकर और शांति से दूर के कोने में शॉट मारकर स्कोरिंग की शुरुआत की. अफ़्रीकी टीम के लिए मुस्तफ़ा ज़िको ने बराबरी का गोल किया; उन्होंने मार्क्विनहोस के गलत बैक पास को इंटरसेप्ट किया और गोलकीपर एलिसन बेकर को छकाते हुए एक लो शॉट मारा. हाफ़टाइम में इगोर थियागो की जगह मैदान पर आए एंड्रिक ने अपनी टीम को बढ़त दिलाई.

अनुष्का की कप्तानी : बुंदेलखंड बुल्स की लगातार जीत

इंदौर, 07 जून आदित्य बिड़ला ग्रुप मध्य प्रदेश लीग (एमपीएल) टी20 सिंधिया कप 2026 के महिला वर्ग में बुंदेलखंड बुल्स ने अपना शानदार प्रदर्शन जारी रखते हुए ग्वालियर शेरनीज को रोमांचक मुकाबले में 4 विकेट से हरा दिया.

डेली कॉलेज, इंदौर में खेले गए इस मैच में बुंदेलखंड बुल्स ने टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी का फैसला किया. पहले बल्लेबाजी करते हुए ग्वालियर शेरनीज ने 20 ओवर में 6 विकेट के नुकसान पर 117 रन बनाए. ग्वालियर शेरनीज की शुरुआत सलामी बल्लेबाज नुजहत परवीन और आशना पाटीदार ने करते हुए पहले विकेट के लिए 37 रन जोड़े, हालांकि आशना 15 गेंदों में 16 रन बनाकर आउट हुईं. इसके बाद नुजहत परवीन ने सौम्या तिवारी के साथ मिलकर 41 रनों की महत्वपूर्ण साझेदारी की और टीम की पारी को आगे बढ़ाया. कप्तान नुजहत के 45 गेंदों में 38 रन बनाकर आउट होने के बाद शेरनीज की बल्लेबाजी लड़खड़ा गई और नियमित अंतराल पर विकेट गिरते रहे. बुंदेलखंड बुल्स की ओर से शुचि उपाध्याय और मुस्कान बिस्वास ने शानदार गेंदबाजी की. शुचि ने अपने 4 ओवर में 30 रन देकर 3 विकेट हासिल किए, जबकि मुस्कान ने 17 रन देकर 2 विकेट चटकाए. पायल बाल्मिक ने भी किफायती गेंदबाजी करते हुए 2 ओवर में सिर्फ 14 रन देकर 1 विकेट लिया.

> 118 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी बुंदेलखंड बुल्स की शुरुआत अच्छी नहीं रही और टीम ने 31 रन के स्कोर पर 3 विकेट गंवा दिए. इसके बाद कप्तान अनुष्का शर्मा और सुहानी शर्मा ने चौथे विकेट के लिए 49 रनों की अहम साझेदारी कर पारी को संभाला. सुहानी ने 19 गेंदों में 25 रनों की उपयोगी पारी खेली. दूसरे छोर पर अनुष्का शर्मा ने जिम्मेदारी संभालते हुए संयमित बल्लेबाजी जारी रखी और टीम को लक्ष्य के करीब पहुंचाया. मैच का रोमांच 17वें ओवर में और बढ़ गया, जब माही ठाकुर आउट होती नजर आईं.

मनसुख मांडविया की अगुवाई में फिट रहने पर दिया जोर

नयी दिल्ली, 07 जून केन्द्रीय खेल मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया की अगुवाई में फिट रहने और पर्यावरण अनुकूल जीवनशैली को बढ़ावा देने के मकसद से देशभर में विभिन्न स्थानों पर चार लाख से अधिक लोगों ने साइकिल चलाई.

मशहूर अभिनेता विक्रांत मैसी, विश्व चैंपियनशिप में रजत पदक जीतने वाली मुक्केबाज नूपुर श्योरण और मशहूर कन्नड़ अभिनेत्री रागिनी द्विवेदी भी मौजूद थीं. आज यहां नयी दिल्ली के जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम में 15,000 से अधिक फिटनेस के शौकीनों ने साइकिल चलाई. वहीं, पूरे भारत में हज़ारों जगहों पर कारगिल और लेह से लेकर कन्याकुमारी और एलेप्पी तक और त्रिपुरा से लेकर वड़ोदरा तक इस एक दिन के साइक्लिंग अभियान में चार लाख से अधिक लोगों ने हिस्सा लिया.

गैबी थॉमस ने 200 मीटर दौड़ में खिताब जीता

टेक्सास, 07 जून मौजूदा ओलंपिक चैंपियन गैबी थॉमस ने 21.70 समय के साथ लोन स्टार ग्रां प्री में महिलाओं की 200 मीटर दौड़ का खिताब अपने नाम किया. यह इस वर्ष महिलाओं की दौड़ का सबसे तेज समय है. वहीं कैमरीन रोजर्स ने महिलाओं के हैमर थ्रो में अपनी जीत का सिलसिला जारी रखा.

शनिवार को हुए मुकाबले में अमेरिका की स्प्रिंटर थॉमस ने पेरिस 2024 में अपने ओलंपिक-जीतने वाले 21.83 सेकंड के प्रदर्शन से भी तेज दौड़ लगाई, और 2023 में बनाए गए अपने व्यक्तिगत सबसे अच्छे समय से सिर्फ़ 0.10 सेकंड पीछे रहीं. तीन बार की गोल्ड मेडलिस्ट ने कॉलेज स्टेशन, टेक्सास में अपने निकटतम प्रतिद्वंद्वियों से काफी आगे रहते हुए रेस जीती. अमेरिका की कायला व्हाइट 22.07 सेकंड के साथ दूसरे और नाइजीरिया की फेवर ओफिली 22.15 सेकंड के साथ तीसरे स्थान पर रहीं. मुकाबला जीतने के बाद थॉमस ने कहा, 'मैं इस समय को देखकर थोड़ी हैरान हूं, लेकिन मैं कड़ा अभ्यास कर रही हूं. अफ्रीका में मेरा टूर बहुत अच्छा रहा, और अब मेरी कड़ी मेहनत का फल मिल रहा है. मैं इस 'ऑफ' ईयर (बिना बड़े टूर्नामेंट वाले साल) का आनंद ले रही हूं क्योंकि इसमें ओलंपिक या वर्ल्ड चैंपियनशिप का कोई दबाव नहीं है, इसलिए मैं बस इस सीजन का मजा ले रही हूं.' थॉमस ने सेंट लूसिया की मौजूदा ओलंपिक 100 मीटर चैंपियन जूलियन अल्फ्रेड द्वारा अप्रैल में ऑस्टिन, टेक्सास में बनाए गए 21.86 सेकंड के 2026 के पिछले वर्ल्ड बेस्ट समय को पीछे छोड़ दिया.

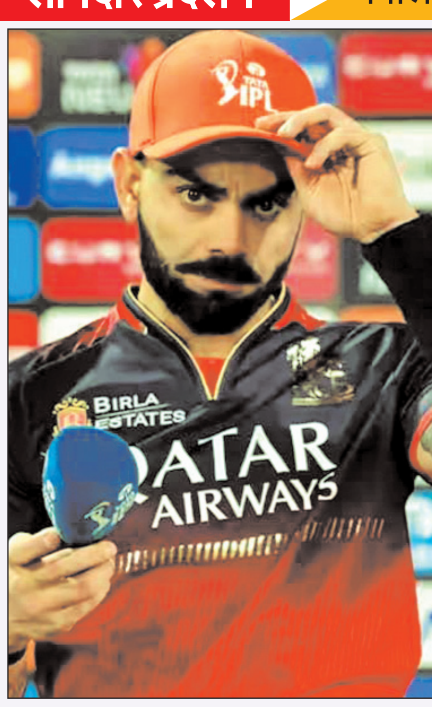
ग्रेस ने अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल से लिया संन्यास

नयी दिल्ली, 07 जून भारतीय महिला फुटबॉल टीम की कप्तान ग्रेस डंगमेई ने अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल से संन्यास ले लिया है.

सैफ महिला चैंपियनशिप 2026 के फाइनल में शनिवार को बंगलादेश पर भारत की जीत के बाद, भारतीय महिला फ़ुटबॉल टीम की दिग्गज खिलाड़ी ग्रेस डंगमेई ने अंतरराष्ट्रीय फटबॉल से संन्यास की घोषणा की. 30 साल की इस भारतीय फ़ुटबॉल खिलाड़ी ने अपना तीसरा सैफ महिला चैंपियनशिप खिताब जीतकर और इनाम वितरण समारोह के दौरान कप्तान के तौर पर ट्रॉफी उठाकर शानदार अंदाज में विदाई ली. हालांकि ग्रेस ने मैच की शुरुआत नहीं की थी, लेकिन वह सब्स्टिट्यूट के तौर पर मैदान पर उतरीं और बाद में उन्हें कप्तानी सौंपी गई, जिससे उन्हें भारतीय जर्सी में एक यादगार विदाई मिली. मैच के बाद ग्रेस ने कहा, 'खेल के आखिर में माहौल बहुत भावुक था, और जिस चीज से मुझे सबसे अधिक प्यार है, उसे अलविदा कहना वाकई बहुत मुश्किल है.' ग्रेस डैंगमेई ने 2013 में अपना सीनियर अंतरराष्ट्रीय पर्दापण करने के बाद भारत के लिए 95 मैच खेले और फिर फुटबॉल से संन्यास ले लिया. लगभग 15 सालों के दौरान, उन्होंने भारतीय महिला फुटबॉल टीम के लिए खुद को सबसे असरदार खिलाड़ियों में से एक के तौर पर स्थापित किया और टीम के लिए 24 गोल किए. 5 फरवरी 1996 को साइमन डैंगमेई और रीता डैंगमेई के घर जन्मीं ग्रेस डैंगमेई मणिपुर के डिमडाइलॉन्ग गांव की रहने वाली हैं. वह उन भारतीय टीमों की अहम सदस्य थीं जिन्होंने पिछले दशक में साउथ एशियन महिला फुटबॉल पर दबदबा बनाए रखा और भारत को 2016, 2019 और 2026 में सैफ महिला चैंपियनशिप का खिताब जिताने में मदद की.

शानदार प्रदर्शन नबीला सोल बराजा ने शानदार प्रदर्शन कर विश्व योगासन चैंपियनशिप में 2 स्वर्ण और 2 रजत पदक जीता

नबीला सोल बराजा हैं विराट कोहली की फैन



अहमदाबाद, 07 जून. जहां एक ओर पहली विश्व योगासन चैंपियनशिप में भारतीय योगासन खिलाड़ी और भारतीय मूल के कई प्रतिभागी सुर्खियां बटोर रहे हैं, वहीं दक्षिण अमेरिका से आई प्रतिभाशाली खिलाड़ी नबीला सोल बराजा भी अपनी सटीकता, सौंदर्य और शानदार प्रदर्शन से दर्शकों और साथी खिलाड़ियों का ध्यान अपनी ओर आकर्षित कर रही है.

अर्जेंटीना की नबीला सोल बराजा इस चैंपियनशिप की सबसे सफल विदेशी खिलाड़ियों में से एक बनकर उभरी हैं. उन्होंने प्रतियोगिता में दो स्वर्ण और दो रजत पदक जीतकर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है. नबीला का कहना है कि योग ने उनके जीवन को केवल खेल के स्तर पर ही नहीं, बल्कि व्यक्तिगत रूप से भी पूरी तरह बदल दिया है.

विश्व फुटबॉल के महान खिलाड़ी लियोनेल मेसी के शहर रोसारियो से लगभग 40 किलोमीटर दूर जन्मीं नबीला का योगासन से पहला परिचय अर्जेंटीना में उनके एक कॉलेज मित्र के माध्यम से हुआ था. शुरुआत में यह सिर्फ एक जिज्ञासा थी, लेकिन धीरे-धीरे यह उनकी गहरी रुचि और फिर जुनून में बदल गई. यही जुनून उन्हें हजारों किलोमीटर दूर भारत के मुंबई शहर ले आया, जहां उन्होंने लगभग पांच वर्षों तक रहकर योगासन की बारीकियां सीखीं और अपनी प्रतिभा को निखारा. भारत में अपने प्रवास के दौरान नबीला ने न केवल कुछ हिंदी वाक्यांश सीख लिए, बल्कि भारतीय परंपराओं को भी करीब से जाना. उन्होंने बॉलीवुड फिल्मों में बैकग्राउंड डांसर के रूप में काम किया, अभिनेता टाइगर श्रॉफ के साथ भी मंच साझा किया और साथ ही क्रिकेट के प्रति भी एक अप्रत्याशित लगाव विकसित कर लिया. उन्होंने कहा, 'भारत में मेरा सफर अद्भुत रहा. मुझे इस देश की हर चीज़ से प्यार हो गया-यहां की संस्कृति, यहां के लोग और यहां की विविधता से. उन्होंने कहा, ''मैं राजस्थान, आगरा, गोवा, चेन्नई और कोलकाता गई. मुझे सबसे ज्यादा यह बात चकित करती थी कि एक ही देश के भीतर भाषाएं, खानपान और रीति-रिवाज कितने अलग-अलग हो सकते हैं.

> नबीला ने कहा, 'मैं जानती थी कि अर्जेंटीना में लोग फुटबॉल को लेकर कितने जुनूनी होते हैं, इसलिए मैं आसानी से समझ सकती थी कि भारत में लोगों की क्रिकेट के प्रति भावनाएं कैसी हैं.' पूर्व भारतीय कप्तान विराट कोहली की बड़ी प्रशंसक नबीला क्रिकेट के प्रति अपने इसी लगाव का जिक्र करते हुए यह बात कहती हैं. क्रिकेट ने उन्हें भारत के एक पहलू से परिचित कराया, लेकिन योग ने उन्हें इससे कहीं अधिक गहराई से जोड़ा. योग के दर्शन और उसके जीवन बदल देने वाले प्रभाव से प्रभावित होकर नबीला ने पहले ऋषिकेश का रुख किया, जिसे दुनिया की योग राजधानी माना जाता है.