दीपिका सहरावत ने दागे आठ गोल

भारत ने पहले मैच में उज्बेकिस्तान को 19-0 से रौंदा

(एजेंसी) नागोया, 20 सितंबर रविवार को गिफू प्रीफेक्चुरल ग्रीन स्टेडियम में पूल बी में अपने एशियन गेम्स 2026 अभियान की शुरुआत करते हुए, भारतीय महिला हॉकी टीम ने उज्बेकिस्तान को 19-0 के शानदार अंतर से हराया. दीपिका सहरावत (8', 22', 26', 33', 37', 38', 41', 54') ने भारत के लिए आठ गोल किए, जबकि इशिका चौधरी (11', 42', 54') ने हैट्रिक लगाई. लालरेम्सियामी हमारज़ोटे (7'), बलजीत कौर (12'), नेहा (18'), नवनीत कौर (23', 45'), लालथान्तुआंगी (43', 51') और साक्षी राणा (43') ने बाकी गोल किए.

आइची-नागोया 2026 में, महिला हॉकी टूर्नामेंट लॉस एंजेलिस 2028 ओलंपिक के लिए क्वालीफायर का काम भी करेगा, जिसमें गोल्ड मेडल जीतने वाली टीम को आगामी समर गेम्स के लिए सीधी जगह मिलेगी.

हांगझोउ 2023 में ब्रॉन्ज़ मेडल जीतने वाली और दुनिया में 8वें नंबर की टीम भारत ने मैच की शुरुआत से ही मिडफील्ड में दुनिया की 65वें नंबर की टीम उज़्बेकिस्तान पर दबदबा बनाए रखा. भारतीय टीम को बढ़त बनाने में सिर्फ़ छह मिनट लगे; कई मौके चूकने के बाद आखिरकार लालरेम्सियामी ने गेंद को गोल में पहुंचा दिया. कुछ ही मिनटों बाद दीपिका ने बढ़त को दोगुना कर दिया; उन्हें खाली जगह मिली और उन्होंने अपना 40वां इंटरनेशनल गोल दागा. सुनेलिता टोप्पो ने इशिका को तीसरा गोल करने में मदद की, जबकि बलजीत कौर ने - जो अपने करियर में 50वीं बार भारत का प्रतिनिधित्व कर रही थीं - पहले क्वार्टर के खत्म होने से ठीक पहले चौथा गोल किया.

सविता पूनिया, जो अपना 320वां इंटरनेशनल मैच खेल रही थीं और वंदना कटारिया के साथ सबसे ज़्यादा मैच खेलने वाली भारतीय महिला हॉकी खिलाड़ी बन गईं, उन्हें गोलकीपर के तौर पर ज़्यादा कुछ करने की ज़रूरत नहीं पड़ी. भारतीय टीम ने दूसरे क्वार्टर में चार और गोल किए और हाफ-टाइम तक 8-0 की बढ़त बना ली; इस दौरान दीपिका ने अपनी हैट्रिक पूरी की. तीसरे क्वार्टर में भी भारत का दबदबा जारी रहा और उन्होंने अपनी बढ़त को दोगुना करते हुए स्कोर 16-0 कर दिया. इनमें से आधे गोल दीपिका ने किए. आखिरी क्वार्टर में तीन गोल हुए और भारत ने 66 सर्कल पेनिट्रेशन और 62 प्रतिशत पज़ेशन के साथ शानदार आंकड़े दर्ज किए. दीपिका के कुल आठ गोलों में छह पेनल्टी कॉर्नर से किए गए गोल शामिल थे. भारतीय महिला हॉकी टीम सोमवार को एशियाई खेलों के पूल बी में अपने दूसरे मैच में इंडोनेशिया का सामना करेगी. इस ग्रुप में मेज़बान जापान, थाईलैंड और सिंगापुर अन्य तीन टीमें हैं.

एशियन गेम्स 2026

बैडमिंटन : भारत ने कजाकिस्तान को 3-0 से हराया

आइची-नागोया, (जापान). एशियाई खेलों में रविवार को महिला बैडमिंटन टीम स्पर्धा में भारत ने कजाकिस्तान को 3-0 से हराया. पीवी सिंधु ने शुरुआती बढ़त दिलाई और फिर भारत के युवा शटलरों ने निर्णायक जीत हासिल की. इस दौरान भारत ने एक भी गेम नहीं गंवाया. इस मुकाबले में कोई खास रोमांच नहीं था क्योंकि भारत ने शुरुआत से ही दबदबा बनाए रखा. सिंधु, उन्नति हुड्डा और तन्वी शर्मा ने तीनों मैचों में कुल मिलाकर सिर्फ 48 पॉइंट गंवाए, जिससे दोनों टीमों के बीच का अंतर साफ पता चलता है. दो बार की ओलंपिक पदक विजेता सिंधु ने कामिला स्मागुलोवा के खिलाफ 21-7, 21-9 की शानदार जीत के साथ भारत के अभियान की शुरुआत की. कजाकिस्तान की खिलाड़ी के पास सिंधु की गति, पहुंच और आक्रामक शॉट्स का कोई जवाब नहीं था और भारतीय खिलाड़ी ने लगभग तुरंत ही रैलियों पर नियंत्रण कर लिया. सिंधु ने स्मागुलोवा को कभी भी जमने नहीं दिया और आसानी से पहला मुकाबला जीत लिया. इसके बाद उन्नति ने दिखाया कि भारत की अगली पीढ़ी भी बड़े मंच के लिए तैयार है. उन्होंने एलिसा कुलेशोवा को 21-7, 21-10 से हराकर भारत को जीत के करीब पहुंचा दिया. तन्वी शर्मा को जीत पक्की करने के लिए सिर्फ दो गेम की जरूरत थी. उन्होंने डायना नामेनोवा को 21-5, 21-10 से हराया और भारत को बिना कोई गेम गंवाए अगले दौर में पहुंचा दिया. जीत का तरीका भी नतीजे जितना ही अहम था. भारत ने तीन मैचों में सिर्फ 48 पॉइंट गंवाए और कजाकिस्तान को कभी भी कोई बड़ी चुनौती पेश नहीं करने दी. सिंधु के लिए, यह शानदार शुरुआती जीत उनके चौथे एशियाई खेलों के अभियान की एक बहुत अच्छी शुरुआत थी. उन्होंने 2014 खेलों में कांस्य और 2018 में रजत पदक जीता था और अब वह उस एशियाई खेलों के गोल्ड मेडल की तलाश में हैं जो उनसे दूर रहा है. लेकिन रविवार की जीत सिर्फ सिंधु के बारे में नहीं थी. हुड्डा और शर्मा ने यह सुनिश्चित किया कि भारत का अभियान अपनी स्थापित स्टार खिलाड़ी से आगे बढ़े और टीम की गहराई की एक शुरुआती झलक पेश की. भारतीय टीम में देविका सिहाग, इशारानी बरुआ, ट्रेसा जॉली, गायत्री गोपीचंद पुलेला, कविप्रिया सेल्वम, सिमरन सिंघी और तनीषा क्रास्टो भी शामिल हैं. कज़ाकिस्तान की चुनौती को तीन मैचों में ही पार करने के बाद, भारत अब अगले दौर में पहुँच गया है. टीम के पास शानदार जीत का आत्मविश्वास और पहले दिन के लगभग बेदाग़ प्रदर्शन से मिला मोमेंटम भी है.

भारत कबड्डी में शानदार प्रदर्शन के लिए तैयार

आइची नागोया. भारतीय कबड्डी खिलाड़ियों की एक नई पीढ़ी आइची-नागोया में एशियन गेम्स के मंच पर जबरदस्त प्रदर्शन करने के लिए तैयार है. इस टीम में देवांक दलाल भी शामिल हैं, जो अपने पहले बड़े अंतरराष्ट्रीय मल्टी-स्पोर्ट इवेंट में हिस्सा लेने जा रहे हैं. 23 साल के देवांक भारतीय पुरुष टीम के सदस्य के तौर पर एशियाई खेलों में कबड्डी में अपना डेब्यू करेंगे. भारतीय टीम अपने अभियान की शुरुआत 21 सितंबर को मेजबान जापान के खिलाफ मुकाबले से करेगी. देवांक दलाल के लिए टीम का हिस्सा बनने से जिम्मेदारी का एहसास तो बढ़ा गया है, लेकिन उनका कहना है कि इससे कोई अतिरिक्त दबाव नहीं आया है. दलाल ने कहा, 'मैं पहली बार एशियन गेम्स में हिस्सा ले रहा हूं. मैं अपने, अपने परिवार और अपने कोच के लिए खुश हूं. मैं सभी के लिए खुश हूं. अब जब मैं जा रहा हूं तो मेरी जिम्मेदारियाँ बढ़ गई हैं. मुझे भारत के लिए गोल्ड मेडल जीतना होगा. अगर भारत ने मुझे चुना है, तो मुझे यह करना ही होगा. आपको दबाव महसूस करने जरूरत नहीं है. दबाव और जिम्मेदारी दो अलग-अलग चीजें हैं. यहां सिर्फ जिम्मेदारी है, दबाव नहीं. हम दबाव जैसी चीज में भरोसा नहीं करते. अगर आप दबाव लेंगे, तो आप खेल नहीं पाएंगे. अगर आप खेलेंगे नहीं, तो भारत कैसे जीतेगा? हम बिना दबाव के खेलेंगे और जीतेंगे.' हालांकि देवांक दलाल पहली बार एशियन गेम्स में हिस्सा लेंगे, लेकिन उनके आस-पास अनुभवी खिलाड़ी होंगे.हांगझोऊ 2023 में मेंस कबड्डी में स्वर्ण पदक जीतने वाली भारतीय टीम का हिस्सा रहे असलम इनामदार का मानना है कि टीम के खिलाड़ियों के बीच आपसी तालमेल और जान-पहचान से नए खिलाड़ियों को प्रतियोगिता से पहले टीम में घुलने-मिलने में मदद मिली है.

ऋषभ 100 मीटर बैकस्ट्रोक में छठे स्थान पर

नागोया. भारत के ऋषभ दास ने टोक्यो एक्वेटिक्स सेंटर में पुरुषों के 100 मीटर बैकस्ट्रोक फाइनल में 54.77 सेकेंड के समय के साथ छठा स्थान हासिल किया. पीपुलस रिपब्लिक ऑफ चाइना के ओलंपिक मेडलिस्ट शू जियायू ने 51.98 सेकेंड के गेम्स-रिकॉर्ड समय के साथ गोल्ड मेडल जीता, जबकि जापान के हिदेकाज़ु ताकेहारा ने सिल्वर और रिपब्लिक ऑफ के ली जूहो ने कांस्य पदक जीता. ऋषभ दास ने हीट 3 में तीसरा और कुल मिलाकर पांचवां स्थान हासिल करते हुए मेंस 100 मीटर बैकस्ट्रोक फाइनल के लिए क्वालीफाई किया था. उन्होंने यह रेस 54.85 सेकेंड में पूरी की. उनके साथी खिलाड़ी उत्कर्ष पाटिल ने 56.19 सेकेंड का समय लिया और हीट में छठे तथा कुल मिलाकर 12वें स्थान पर रहे.

श्रीलंका ने पाक को आठ विकेट से हराया

नागोया. कप्तान चामरी अटापट्टू (एक विकेट/नाबाद 83) रन के शानदार प्रदर्शन की बदौलत श्रीलंका की महिला टीम ने रविवार को पाकिस्तान को 13 गेंदें शेष रहते आठ विकेट से हराकर एशियाई खेलों की महिला क्रिकेट स्पर्धा के फाइनल में जगह बना ली है. पाकिस्तान के 177 रनों के जवाब में श्रीलंका की टीम ने 17.5 ओवर में दो विकेट पर 178 रन बनाकर मुकाबला अपने नाम कर लिया. इमेशा दुलानी और चामरी अटापट्टू की सलामी जोड़ी ने पहले विकेट के लिए 36 रन जोड़े. पांचवें ओवर में फातिमा सना ने इमेशा दुलानी 21 गेंदों में (27)रन को बोल्ड कर इस साझेदारी को तोड़ा.

भारत ने इंडोनेशिया को रौंदकर एशियाई खेलों में शानदार शुरुआत की

आइची-नागोया. लॉस एंजिल्स ओलंपिक 2028 के लिए सीधे टिकट पाने की भारत की कोशिश की शानदार शुरुआत हुई. मौजूदा चैंपियन भारत ने रविवार को यहां एशियाई खेलों के पुरुष हॉकी पूल ए के अपने पहले मैच में इंडोनेशिया को 13-1 से बुरी तरह हराया.

चूंकि एशियाई खेलों के स्वर्ण पदक विजेता को लॉस एंजिल्स ओलंपिक के लिए सीधे क्वालिफिकेशन का मौका मिलता है, इसलिए भारत ने अपने इरादे साफ करने में कोई समय बर्बाद नहीं किया और अपने खिताब के बचाव की शुरुआत शानदार आक्रामक खेल के साथ की. भारत ने मैच की शुरुआत से ही दबदबा बनाए रखा. दिलप्रीत सिंह ने चार गोल करके जीत की अगुवाई की, जबकि शिलानंद लाकड़ा और सुखजीत सिंह ने दो-दो गोल किए. अभिषेक, राजिंदर सिंह, मनदीप सिंह और कप्तान हरमनप्रीत सिंह अन्य गोल करने वाले खिलाड़ी थे. शिलानंद ने पांचवें मिनट में भारत का खाता खोला, जिसके बाद अभिषेक ने 12वें मिनट में बढ़त को दोगुना कर दिया. इसके बाद दिलप्रीत ने 18वें और 19वें मिनट में लगातार दो गोल किए, जिससे भारत और आगे बढ़ गया. राजिंदर और मनदीप ने इंडोनेशिया की मुश्किलें और बढ़ा दीं, जिसके बाद हरमनप्रीत ने 28वें मिनट में पेनल्टी कॉर्नर को गोल में बदलकर भारत को हाफ-टाइम ब्रेक तक 7-0 की मजबूत बढ़त दिला दी. इंडोनेशिया को आखिरकार 33वें मिनट में सफलता मिली जब अल अर्द औलिया ने गोल किया, लेकिन भारत ने लगभग तुरंत ही इसका जवाब दिया. शिलानंद ने 35वें मिनट में अपना दूसरा गोल किया और दो मिनट बाद दिलप्रीत ने अपनी हैट्रिक पूरी की. इसके बाद सुखजीत 38वें मिनट में गोल करने वालों की सूची में शामिल हुए और भारत 10-1 की बढ़त के साथ अंतिम क्वार्टर में पहुंचा. मौजूदा चैंपियन की ओर से कोई ढील नहीं बरती गई. सुखजीत ने 46वें और 48वें मिनट में दो गोल किए और फिर दिलप्रीत ने 49वें मिनट में अपने चार गोल पूरे किए.

वुशु में भारतीय खिलाड़ियों का निराशाजनक प्रदर्शन

नागोया, 20 सितंबर एशियाई खेलों में आज भारतीय खिलाड़ियों ने वुशु में निराशाजनक प्रदर्शन किया. महिलाओं के 52किग्रा सांडा इवेंट में अपर्णा का अभियान प्री-क्वार्टर में खत्म हुआ. अपर्णा राउंड ऑफ 16 में ईरान की सोगंद सिंकाईचतान से 2-0 से हारकर बाहर हो गईं. विक्रांत बलियान पुरुषों के 75 किग्रा सांडा राउंड ऑफ 16 में सोहेल मौसवी (ईरान) से हार गए. मयांगलामबम सूरज सिंह चांगक्वान फाइनल में 9.683 स्कोर के साथ 11वें स्थान पर रहे. अपने तीसरे एशियन गेम्स में हिस्सा ले रहे सूरज सिंह जकार्ता 2018 में 10वें और हांगझोऊ 2023 में पांचवें स्थान पर रहे थे.

महिला टीम इवेंट में भारत ने सिंगापुर को 3-2 से हराया

नागोया, 20 सितंबर यशस्विनी घोरपड़े ने कड़े मुकाबले वाले निर्णायक मैच में लॉय मिंग को 5-11, 11-8, 12-10, 4-11, 11-9 से हराकर भारत के लिए सिंगापुर के खिलाफ 3-2 की रोमांचक जीत पक्की की. यशस्विनी ने इस टाई में अपने दोनों मैच जीते, जबकि श्रीजा अकुला ने अपना दूसरा मैच जीतकर भारत की उम्मीदें बनाए रखीं. दिन की शुरुआत में इंडोनेशिया पर जीत के साथ, भारत ने अब महिला टीम इवेंट में अपने ग्रुप फ़ के दोनों मैच जीत लिए हैं. श्रीजा अकुला ने जियान जेंग को 3-1 से हराकर भारत का स्कोर 2-2 से बराबर कर दिया. यशस्विनी घोरपड़े ने 3-1 से जीत हासिल करते हुए भारत को शुरुआती बढ़त दिलाई, लेकिन इसके बाद श्रीजा अकुला मिंग लॉय से 3-2 से और दिया चिताले झाओ टैन से 3-1 से हार गईं.

लवलीना बोरगोहेन सहित 11 मुक्केबाज संभालेंगे भारतीय चुनौती

आईची नागोया. ओलंपिक पदक विजेता लवलीना बोरगोहेन और उभरती हुई खिलाड़ी साक्षी चौधरी, जापान के आइची-नागोया में आयोजित एशियन गेम्स 2026 में भारत की बॉक्सिंग चुनौती की अगुवाई करेंगी. भारत इन खेलों में 11 सदस्यों वाली बॉक्सिंग टीम उतारेगा. इस टीम में पांच महिलाएं और छह पुरुष शामिल होंगे. इस टीम में अनुभवी खिलाड़ियों और उभरती प्रतिभाएं एक साथ प्रतिस्पर्धा कर रही हैं. इसमें लवलीना बोरगोहेन, पूर्व एशियन चैंपियन परवीन हुड्डा के साथ-साथ कॉमनवेल्थ गेम्स मेडलिस्ट साक्षी चौधरी, नरेंद्र बेरवाल और जादुमणि सिंह भी शामिल हैं. **महिला :** साक्षी चौधरी (51 किग्रा), प्रीति पवार (54 किग्रा), प्रिया घघांस (60 किग्रा), परवीन हुड्डा (65 किग्रा), लवलीना बोरगोहेन (75 किग्रा) **पुरुष :** जादुमणि सिंह (55 किग्रा), सचिन सिवाच (60 किग्रा), सुमित कुंडू (70 किग्रा), अंकुश पंघाल (80 किग्रा), कपिल पोखरिया (90 किग्रा), नरेंद्र बेरवाल (90 किग्रा) लवलीना बोरगोहेन भारत की सबसे सफल बॉक्सरों में से एक के तौर पर आइची-नागोया में उतरेंगी.

सुचिका ने मिश्रित मार्शल आर्टस में पदक किया पक्का

एजेंसी, नागोया (जापान) 20 सितंबर भारतीय एथलीट सुचिका तरियाल ने रविवार को एशियाई खेलों में महिलाओं के पारंपरिक 60 किग्रा वर्ग में मिश्रित मार्शल आर्ट्स (एमएमए) में शानदार प्रदर्शन करते हुए सेमीफाइनल में जगह बनाकर अपना पदक पक्का कर लिया है.

आज यहां खेले गये क्वार्टरफाइनल में 36 वर्षीय सुचिका तरियाल ने मंगोलिया की अल्तानचिमेग बैगलमा को 2-0 से हराकर सेमीफाइनल में प्रवेश किया और भारत के लिए कम से कम कांस्य पदक पक्का कर लिया. अब भारतीय एथलीट की सोमवार को होने वाले सेमीफाइनल में स्वर्ण पदक पर नजर होगी. सुचिका कॉम्बैट-स्पोर्ट एक कामयाब भारतीय एथलीट हैं, जिनका करियर जूडो, जू-जित्सु और मिश्रित मार्शल आर्ट्स में फैला हुआ है.

एक खास अंदाज | पहली 10 गेंदों से ही बरपाते हैं कहर, 500+ रन वालों में 195 का स्ट्राइक रेट

अभिषेक पावरप्ले के किंग और छक्कों के बादशाह

नवभारत न्यूज नेटवर्क.

नयी दिल्ली, 20 सितंबर कभी टी20 में 'हाई रिस्क' बल्लेबाज माने जाने वाले अभिषेक शर्मा ने अब अपनी आक्रामक बल्लेबाजी को एक खास अंदाज में बदल दिया है. उनकी विस्फोटक शुरुआत अब महज कभी-कभार दिखने वाली खूबी नहीं, बल्कि बल्लेबाजी की पहचान बन चुकी है.

आंकड़े बताते हैं कि टी20 में अभिषेक शुरुआती ओवरों में विपक्षी गेंदबाजों पर सबसे ज्यादा दबाव बनाने वाले बल्लेबाजों में शामिल हैं.

2026 के टी20 विश्व कप में आठ मैचों में 17.62 की औसत से 141 रन बनाने के बाद फाइनल में भी अभिषेक ने अपने अंदाज से समझौता नहीं किया और महज 21 गेंदों में 52 रन की पारी खेली. इससे पहले दिल्ली में अफगानिस्तान के खिलाफ तीसरे टी20 अंतरराष्ट्रीय मुकाबले में उन्होंने सिर्फ 30 गेंदों में शतक लगाकर सबसे तेज टी20 शतक का रिकॉर्ड बनाया था. टी20 में 500 से ज्यादा रन बनाने वाले बल्लेबाजों में अभिषेक का स्ट्राइक रेट करीब 195 है, जो इस सूची में सबसे ज्यादा है. पावरप्ले में उनका बाउंड्री प्रतिशत 33.48 है. इस मामले में ट्रैविस हेड 30.69 प्रतिशत के साथ उनके बाद हैं. अभिषेक की असली ताकत पारी की शुरुआत में नजर आती है. टी20 की पहली 10 गेंदों में उनका स्ट्राइक रेट 176 है. यानी क्रीज पर आते ही वह गेंदबाजों पर हमला शुरू कर देते हैं.

इस मामले में टिम डेविड भी 176 के स्ट्राइक रेट के साथ उनके बराबर हैं. टी20 के शुरुआती छह ओवरों में अभिषेक का सबसे बड़ा व्यक्तिगत स्कोर 22 गेंदों में नाबाद 76 रन है. यह पारी उनकी रणनीति को साफ दिखाती है— पावरप्ले में ज्यादा से ज्यादा रन बटोरना और टीम को मजबूत शुरुआत देना. इस सूची में ट्रैविस हेड का 2024 में स्कॉटलैंड के खिलाफ 22 गेंदों में नाबाद 73 रन का प्रदर्शन अगला बड़ा आंकड़ा है. अभिषेक के लिए पावरप्ले महज शुरुआती छह ओवर नहीं, बल्कि बड़ी पारी की नींव तैयार करने का मौका है.

785 गेंदों में 100 छक्के

छक्के लगाने के मामले में भी अभिषेक की रफ्तार असाधारण है. उन्होंने सिर्फ 785 गेंदों में 100 टी20 छक्के पूरे किए. इस मामले में वेस्टइंडीज के एविन लुईस 789 गेंदों के साथ उनके बाद हैं. कम से कम 50 टी20 छक्के लगाने वाले भारतीय बल्लेबाजों में भी अभिषेक हर 7.57 गेंद पर एक छक्का लगाते हैं. यह आंकड़ा संजू सैमसन के 10.45, शिवम दुबे के 10.88, सूर्यकुमार यादव के 11.21 और युवराज सिंह के 11.66 से बेहतर है.